# ஆன்மீகப் பாதையில்

***ஸ்வாமி குருபரானந்த***

# ஆன்மீகப் பாதையில்

***ஸ்வாமி குருபரானந்த***

# பொருளடக்கம்





## முகவுரை

ஆன்மீகப் பாதையில் அடி எடுத்து வைப்பவர்களுக்குப் பயன்படவேண்டும் என்ற நோக்கத்தில் உருவாக்கப்பட்ட நூல் இது.

முயற்சியின்றி எதையும் நாம் சாதிக்க இயலாது. அந்த முயற்சி, முறையானதாகவும் இருக்க வேண்டும். ஓர் இடத்தை அடைய 'பயணம்' என்ற முயற்சியை மேற்கொள்பவர் சரியான திசையிலும் சரியான பாதையிலும் பயணம் செய்வது முறையான முயற்சி. அவ்விதம் சரியான பாதையில் பயணம் செய்ய வேண்டுமெனில் அப்பாதையைப் பற்றிய அறிவு தேவைப்படுகிறது.

ஆன்மீகப் பாதையைப் பற்றிய அறிவை நாம் அதை நன்கு அறிந்த குருவிடமிருந்து கேட்டுப் பெறவேண்டும். கேட்கப்பட்ட கருத்தே இங்கு புத்தக வடிவிலும் அமைக்கப்பட்டுள்ளது.

ஆன்மீகம் என்ற சொல்லை நாம் சரியாகப் புரிந்துகொள்ளும் பொருட்டு அதன் சரியான அர்த்தமும் ஆன்மீகப் பயிற்சியின் சுருக்கமான விளக்கமும் ஆன்மீகம் என்ற தலைப்பில் இங்கு முதலில் விளக்கப்பட்டுள்ளது.

நம்மைப் பண்படுத்துதல் ஆன்மீகத்தின் அச்சாணி ஆவதால் ஆன்மீக ஸாதகர்கள் முக்கியமாகக் கடைப்பிடிக்க வேண்டிய பண்பான அஹிம்ஸை இங்கு இரண்டாவதாக விளக்கப்பட்டுள்ளது.

அஹிம்ஸையைப் போன்று வாய்மையும் ஒரு முக்கிய பண்பாகிறது. எனவே வாய்மையைப் பற்றிய விளக்கம் மூன்றாவது தலைப்பாக இங்கு விவரிக்கப்பட்டுள்ளது. வாய்மையைப் பின்பற்றி வாழமுடியாது என்ற தவறான கருத்து நிலவக் காரணம் அறியாமை. வாய்மையின் உண்மையான தன்மையை அறியும்போது, இதுவும் நம்மால் பின்பற்றக்கூடிய பண்பே என்பது நமக்குத் தெளிவாகும்.

மனதைப் பண்படுத்துவதுடன் ஆன்மீகப் பயணம் நிறைவு பெறுவதில்லை. பண்பட்ட, தூய்மையான மனதுடன் ஆத்ம

விசாரத்தை மேற்கொண்டு 'ஆத்மா' அல்லது 'நான்' என்ற சொல்லுக்கான உண்மையான பொருளை உணரும் போதுதான் நம்முடைய ஆன்மீகப் பயணம் நிறைவு பெறுகிறது. ஆகவே, நான்காவதாக உபநிஷத் மந்திரம் ஒன்றை எடுத்துக் கொண்டு யாருக்கு விடுதலை, என்ற தலைப்பில் ஆத்ம விசாரம் செய்யப்படுகிறது.

நம் மனதைத் தூய்மைப்படுத்தும் ஸாதனைகள் யோக அப்யாஸம் எனவும், நான் என்ற சொல்லின் சரியான அறிவை அடைய மேற்கொள்ளும் விசாரம் ஞான அப்யாஸம் என்றும் கூறப்படுகின்றன. யோக அப்யாஸம், ஞான அப்யாஸம் ஆகிய இந்த இரண்டு பாதைகளில் செல்லும் பயணமே ஆன்மீகப் பயணம் ஆகும்.

அடி எடுத்து வையுங்கள்
ஆன்மீகப் பாதையில்...

**ஸ்வாமி குருபரானந்த**



# 1. ஆன்மீகம்

## 1. முகவுரை

ஆன்மீகம் என்ற சொல் நம் அனைவராலும் அறியப்பட்ட சொல் தான். ஆனால் புரிந்துகொள்ளப்பட்ட சொல்லா என்பது ஐயம். சில சொற்கள் இருக்கின்றன, அவை அனைவராலும் அறியப்பட்டவையாக இருக்கும். ஆனால் அந்த சொற்களின் சரியான பொருள் புதிராகவே இருக்கும். உதாரணமாக பக்தி, தியானம், தவம், ஆத்மா போன்றவை. பக்தி என்ற சொல்லை எடுத்துக் கொண்டால், பக்தி என்றால் என்ன? பக்தி என்பது செயலா, பாவனையா? இவ்விதம் 'எது பக்தி' என்று சிந்திக்காத வரை பக்தியை நாம் புரிந்தவர்களாகக் கருதிக் கொண்டிருப்போம். சிந்திக்க ஆரம்பிக்கும் பொழுது தான் அந்த சொல்லில் நுண்ணிய தத்துவங்கள் அடங்கி இருக்கிறது என்பதும் அது சுலபமாகப் புரியும் விஷயம் அல்ல என்பதும் புரியும். இவ்விதம் பக்தி என்ற சொல்லை அறிந்துள்ளோம், பொருளை சரியாக அறியவில்லை. அதாவது சப்த ஞானம் உண்டு, அர்த்த ஞானம் இல்லை. அதுபோல் தான் ஆன்மீகம் என்ற சொல்லும்.

இப்பொழுது நாம் இந்த ஆன்மீகம் என்ற சொல்லில் அடங்கி இருக்கின்ற நுட்பமான பொருளைப் புரிந்து கொள்ள முற்படுகிறோம். ''ஆன்மீகம் என்றால் என்ன? நாம் என்ன செய்தால், எந்த விதத்தில் செய்தால் அது ஆன்மீகப் பயிற்சி ஆகிறது? எது ஆன்மீகப் பயிற்சி ஆகாது? எப்பொழுது ஆன்மீகப் பயிற்சி நிறைவு பெறும்? ஆன்மீகப் பயிற்சி செய்வதால் பலன் என்ன?'' போன்ற கருத்துக்களைப் பார்க்க உள்ளோம்.

ஓர் அறிஞர், ஆன்மீகப் பயிற்சி எப்பொழுது துவங்கவில்லை, எப்பொழுது நடைபெற்றுக் கொண்டுள்ளது, எப்பொழுது நிறைவு பெறுகிறது என்று மூன்றே வாக்கியங்களில் மிக அழகாகக் கூறியுள்ளார். அந்த மூன்று வாக்கியங்களை சூத்திரமாக - அதாவது மையமாக - நாம் எடுத்துக் கொண்டு, ஆன்மீகம் என்ற சொல்லில் அடங்கியுள்ள நுட்பத்தைப் புரிந்துகொள்ள முனைவோம்.

## 2. சூத்ர வாக்யம்

### முதல் வாக்யம்

**நீ அனுபவிக்கின்ற துயரங்களுக்கு எதுவரை நீ மற்றவர்களையோ சூழ்நிலைகளையோ குறைகூறிக் கொண்டிருக்கிறாயோ, அதுவரை உன்னுடைய ஆன்மீகப் பயிற்சி ஆரம்பிக்கவில்லை.**

### இரண்டாம் வாக்யம்

**நீ அனுபவிக்கின்ற துயரங்களுக்கு எப்பொழுது நீ உன்னையே குறைகூறிக் கொண்டிருக்கிறாயோ, அப்பொழுது உன்னுடைய ஆன்மீகப் பயிற்சி நடைபெற்றுக் கொண்டிருக்கிறது.**

### மூன்றாம் வாக்யம்

**நீ அனுபவிக்கின்ற துயரங்களுக்கு எப்பொழுது நீ மற்றவர்களையோ சூழ்நிலைகளையோ குறைகூறவில்லையோ, உன்னையும் குறைகூறவில்லையோ, அப்பொழுது உன்னுடைய ஆன்மீகப் பயிற்சி நிறைவுபெற்று விட்டது.**

இம்மூன்று வாக்யங்களை சூத்ரம்போல் எடுத்துக் கொண்டு இவற்றின் பொருளை சுருக்கமாகவும், பின்னர் விளக்கமாகவும் பார்ப்போம். நமக்குப் புகட்ட இருக்கும் கருத்தை மிக மிக சுருக்கமாகக் கூறும் வாக்யம் சூத்ர வாக்யம். அந்த சூத்ர வாக்யத்தை சுருக்கமாக விளக்கும் வாக்யத்தை வ்ருத்தி வாக்யம் என்றும், விரிவான விளக்கத்தை வ்யாக்யானம் என்றும் அழைக்கிறோம். சாஸ்த்ரம் இந்த மூன்று படிகளில் தத்துவத்தை விளக்குகிறது.

உதாரணமாக தைத்திரீயோபநிஷத்தில் ‘‘ப்ரஹ்மவித் ஆப்னோதி பரம்’’ ப்ரஹ்மத்தை அறிந்தவன் பரத்தை அடைகிறான் என்பது சூத்ர வாக்யம். இதைக் கேட்டவுடன் ‘எது ப்ரஹ்மம்? எப்படி அறிதல்? என்ன பலன்?’ போன்ற சந்தேகங்கள் வர – ‘‘ஸத்யம் ஞானம் அனந்தம் ப்ரஹ்ம’’ – அதாவது எது சத்யமாகவும் அறிவு சொரூபமாகவும் எல்லையற்றதாகவும் உள்ளதோ அது ப்ரஹ்மம் என்று சுருக்கமாக ப்ரஹ்மத்தை விளக்கி, பிறகு ப்ரஹ்ம தத்துவத்தை உபநிஷத் விரிவாக விளக்குகிறது. அதுபோல்தான் ப்ரஹ்மத்தை அறிதல், அதன் பலன் போன்ற கருத்துக்களையும் படிப்படியாக விளக்குகிறது. இவ்விதம் சூத்ரம் – வ்ருத்தி – வ்யாக்யானம் என்ற படிகளில் சாஸ்த்ரம் தத்துவத்தை விளக்குகிறது. அதேவிதத்தில் நாமும் முன்கூறிய மூன்று வாக்யங்களைப் பார்க்கப் போகிறோம்.



இம் மூன்று வாக்யங்களின் சுருக்கமான விளக்கத்திற்குச் செல்வோம்.

## 3. வ்ருத்தி வாக்யம்

(சுருக்கமான விளக்கம்)

மூன்று வாக்கியங்களை மூன்று நிலைகளாகக் கொண்டால், நாம் பார்த்த மூன்று நிலையில் முதல்நிலையில் இருக்கின்ற மனிதர்கள் விதவிதமான கஷ்டங்களையும் சங்கடங்களையும் அனுபவிக்கிறார்கள். அனைத்து துயரங்களுக்கும் காரணம் என்ன என்று கேட்டால் முதல் நிலையில் இருக்கின்ற மனிதர்கள் தனக்கு அப்பாற்பட்ட மனிதர்களையோ, சூழ்நிலைகளையோ, பொருள்களையோ காரணமாகக் காட்டுவார்கள். இங்கு குறை கூறுதல் என்றால் காரணம் காட்டுதல். அவ்விதம் மற்றவைகளையே துயரத்திற்குக் காரணமாக எண்ணி வருகையில் ஒருவன் துயரத்தில் இருந்து விடுதலை அடைய அவைகளைத்தான் மாற்ற முயற்சி செய்வான். அவனிடத்தில் எந்த மாற்றமும் முன்னேற்றமும் வராது. ஆன்மீகம் என்பது தன்னிடத்தில் மாற்றத்தை உருவாக்குதல். ஆக, இந்த நிலையில் இருப்பவர்கள் என்ன செய்தாலும் அது ஆன்மீகப் பயிற்சி ஆகாது. ஏனெனில் இவர்கள் தன்னை விடுத்து மற்றவைகளின் மாற்றத்திலேயே ஈடுபடுவார்கள்.

இரண்டாம் நிலையில் –

இந்நிலையில் இருப்பவர்கள் தனக்கு வரும் அனைத்து சங்கடங்களுக்கும் கஷ்டங்களுக்கும் தன் மனம் தான் காரணம் என்ற அறிவை அடைந்துள்ளார்கள். தன்னைக் குறைகூறுதல் என்பது, தன்

மனம் தான் தனக்குத் துயரத்தை கொடுக்கக் காரணம் என அறிதல். விதவிதமான சூழ்நிலைகளில் தன் மனம் அவைகளை பொருள்படுத்தும் விதத்தால் தனக்குத் துயரத்தைக் கொடுப்பதாக உணர்கிறார்கள். ஒருவன் தன்னைப் பார்த்து இழிவான சொல்லைக் கூறினால் அந்த சொல் என்னை துயரப்படுத்துகிறது என்று முதல் நிலையில் உள்ளவன் கூறுவான். இரண்டாம் நிலையில் உள்ளவனோ, அந்த சொல்லை துயரத்திற்குக் காரணமாக மாற்றியது என் மனம். எந்த சொல்லிற்கும் தன்னளவில் யாரையும் துயரப்படுத்தும் சக்தியில்லை. என் மனம் அதைத் துயரத்திற்குக் காரணமாக மாற்றியது. எனவே, என் மனம்தான் என் துயரத்திற்குக் காரணமாக இருக்கிறது என்று கூறுவான். இவ்வித அறிவுடன் இருப்பவன் மேற்கொள்ளும் அனைத்து செயல்களும், அவன் மனதைப் பண்படுத்துவதாக அமையும். இவன் தன்னில் மாற்றத்தை உருவாக்க சாதனைகளில் ஈடுபட்டு வருவான். இப்படிப்பட்டவன் மேற்கொள்ளும் அனைத்து ஸாதனைகளும் ஆன்மீகப் பயிற்சி ஆகிறது.

ஆன்மீகம் என்ற சொல்லிற்கு ஆத்மஸம்பந்தி ‘‘தன்னைப் பற்றியது’’ அதாவது தன்னைப் பண்படுத்துதல் என்று பொருள் கொள்ள வேண்டும். தன்னைப் பண்படுத்த செய்யும் பயிற்சி ஆன்மீகப் பயிற்சி. இரண்டாம் நிலையில் உள்ளவரால் தான் இப்பயிற்சியை மேற்கொள்ள முடியும். ஏனெனில் இவர் தன் மனதின் பக்குவமின்மையால் துயரம் வருகிறதே தவிர வேறு எதனாலும் அல்ல என்ற அறிவை அடைந்துள்ளார்.

மூன்றாம் நிலையில் -

இந்நிலையில் உள்ளவர்களுக்கு வரும் துயரம் வெறும் உடலளவில் மட்டுமே. உடலுக்கு வரும் கஷ்டத்தை மனது உணர்ந்த போதிலும், இவர் உடல், மனம் இவைகளால் அனுபவிக்கின்ற துயரத்தையும் ஓர் பார்வையாளராக அதாவது சாக்ஷியாக இருந்து பார்க்கும் மனநிலையை அடைந்தவர். செய்ய வேண்டிய ஆன்மீகப் பயிற்சியை செவ்வனே செய்து முடித்து, தன் மனமும் தனக்குத் துயரத்தைக் கொடுக்காதபடி மாற்றியுள்ளவர். தன் மனதை மாலையாக அதாவது அலங்காரமாகக் கொண்டு ஜீவன் முக்தனாகத் திகழ்பவர். இவரிடம் எப்படிப்பட்ட அறிவும், எப்படிப்பட்ட மனமும் இருக்கிறது என்பதை விரிவுரையில் பார்ப்போம்.



## 4. வ்யாக்யானம் (விரிவான விளக்கம்)

முதல்நிலை

சூத்ரவாக்யம்

**நீ அனுபவிக்கின்ற துயரங்களுக்கு எதுவரை நீ மற்றவர்களையோ சூழ்நிலைகளையோ குறைகூறிக் கொண்டிருக்கிறாயோ, அதுவரை உன்னுடைய ஆன்மீகப் பயிற்சி ஆரம்பிக்கவில்லை.**

பெரும்பாலான மக்கள் இந்நிலையில் இருப்பதை நாம் காணலாம். தனக்கு வரும் அனைத்து சங்கடங்களுக்கும் எதையாவது, யாரையாவது காரணமாகக் காட்டிவருவார்கள். இவர்களிடம் நாம் உன்னுடைய அறியாமை, உன் மனதில் உள்ள பலஹீனம், இவைதான் உன் துயரத்திற்குக் காரணம் என்றால் இவர்கள் அதை ஏற்றுக்கொள்ளும் அளவு பக்குவம் அடையாதவர்கள். எப்படி இவர்கள் துயரத்திற்கு வெளியே காரணம் காட்டுகிறார்களோ, அதுபோல் இன்பத்திற்கும் வெளியே காரணம் காட்டுவார்கள். தான் இன்பமாக இருக்க வேண்டுமானால் வெளியிலுள்ள பொருள்கள் தனக்குக் கிட்ட வேண்டும், தான் விரும்பும் சூழ்நிலை வெளியே அமைய வேண்டும் என்றே எண்ணுவார்கள். இவ்விதம் தனக்கு வரும் இன்பத்திற்கும் துன்பத்திற்கும் தனக்கு வேறாக வெளியே காரணத்தை தீர்மானம் செய்தவர்கள் எப்படிப்பட்ட முயற்சியில் அதாவது செயலில் ஈடுபடுவார்கள் என்று பார்ப்போம்.

பொதுவாக நியதி என்னவென்றால், நாம் எந்த திசையில் அதாவது எவ்விதமான முயற்சியை மேற்கொள்வோம் என்பது நாம் செய்த நிச்சயத்தின் அடிப்படையில் தான். உதாரணமாக தலைவலி என்று டாக்டரிடம் செல்கிறோம். அதற்குக் காரணம் நம் கண்ணில் உள்ள குறை என்று அவர் நிச்சயம் (Diagnosis) செய்தால் அதற்குத்

தகுந்த முயற்சியில் ஈடுபடுவோம். பல்லில் குறை என்றால் அதற்குத் தகுந்த முயற்சியில் ஈடுபடுவோம். சிலர் உடலில் வரும் நோய்களுக்குத் தன் நேரம் சரியில்லை என்று நிச்சயம் செய்வார்கள். அதன் அடிப்படையில் பரிஹாரத்தைத் தேடும் முயற்சியில் ஈடுபடுவார்கள். இவ்விதம் எதைக் காரணமாக நாம் முடிவு செய்வோமோ அதன் அடிப்படையில் நமது முயற்சி அமையும். முதல் நிலையில் இருப்பவர்கள் தங்களுக்கு நேரிடும் இன்ப துன்பங்களுக்குக் காரணம் வெளியே உள்ளது என்று நிச்சயம் செய்துள்ளார்கள். ஆகவே இவர்கள் செய்யும் அனைத்து முயற்சிகளும் வெளிவிஷயத்தை மாற்றும் வகையில் அமையுமே தவிர அவர்கள் தங்களை மாற்றிக்கொள்ள மாட்டார்கள். தன்னளவில் எந்த மாற்றத்தையும் அடையாது எப்படிப்பட்ட ஸாதனையை செய்தாலும் அதை ஆன்மீகப் பயிற்சி என்று கூற முடியாது. இவர்கள் இப்படிப்பட்ட அறிவுடன் பெரும் தவம் செய்தாலும் பூஜை, யாகம், வேதாந்த விசாரம் முதலிய எந்த ஸாதனைகளை மேற்கொண்டாலும் அவர்களை ஆன்மீகப் பயிற்சி செய்பவர்களாக ஏற்றுக்கொள்ள முடியாது. இராவணன், ஹிரண்யகசிபு போன்றோர் செய்த தவத்தை நாம் ஆன்மீகம் என்றா அழைக்கிறோம்?

இந்த முதல் நிலையில் இருப்பவர்கள் செய்யும் செயல்களை இரண்டு பிரிவுகளில் அடக்கலாம். அதாவது இவர்கள் கீழ்க்கண்ட இருவிதமான கர்மத்தில் ஈடுபடுவார்கள்.

1. காம்ய கர்மம்
2. ப்ராயச்சித்த கர்மம்

## 1. காம்ய கர்மம்

இன்பத்தைக் கொடுக்கும் பொருள்களை அடைவதற்காக செய்யப்படும் செயல் காம்ய கர்மம் எனப்படும். இதற்கு இலக்கணம் ''சுகஹேது ஸாதனம்'' சுகத்திற்குக் காரணமாக இருக்கும் பொருள்களுக்கு ஸாதனமாக இருப்பது காம்ய கர்மம். இந்த ஆசையுடையவன் இந்தக் கர்மத்தைச் செய்ய வேண்டும் என்று



வேதம் பல காம்ய கர்மங்களைக் கொடுக்கிறது. உதாரணமாக மழை வேண்டும் என்றால் காரீரி இஷ்டி என்ற யாகத்தை செய் என்று, ஆசைக்குரிய பொருளைக் காட்டி, அதை அடைய ஸாதனமாக இருக்கும் கர்மத்தையும் வேதம் கொடுக்கிறது. இது ஒருவிதமான காம்ய கர்மம். மற்றொரு விதமான காம்ய கர்மமும் உண்டு. அந்தக் கர்மங்கள் அதாவது ஸாதனைகள் தன்னளவில் காம்ய கர்மம் அல்ல. நாம் என்ன ஸங்கல்பத்தின் அடிப்படையில் செய்கிறோம் என்பதைப் பொறுத்து அது காம்ய கர்மமாக மாற்றப்படும். உதாரணமாக கீதை, விஷ்ணு ஸஹஸ்ரநாமம் முதலியவற்றைப் பாராயணம் செய்தல், அன்றாடம் பூஜை செய்தல், வ்ரதங்கள் மேற்கொள்ளுதல் மற்றும் செய்யப்படும் அனைத்து தவங்களையும் நாம் காம்யகர்மமாக மாற்றலாம். எப்படியெனில் இந்தப் பொருளுக்காக அல்லது இது நடக்க வேண்டும் என்ற ஸங்கல்பம் செய்து அதாவது மனதில் விருப்பத்தை வைத்து இவைகளில் எதை மேற்கொண்டாலும் அவைகள் காம்ய கர்மமாக மாற்றப்படும். காம்ய கர்மத்தில் ஈடுபட்டுக் கொண்டிருக்கும் வரை ஆன்மீகப்பயிற்சி துவங்கவில்லை. இவ்விதம் முதல் நிலையில் இருப்பவர்கள் என்ன பயிற்சியை மேற்கொண்டாலும் அது ஆன்மீகப் பயிற்சி ஆகாது.

இனி இவர்களிடம் இருக்கும் இரண்டாவது செயல் என்ன என்று பார்ப்போம்.

## 2. ப்ராயச்சித்த கர்ம

துயரத்தை நீக்க மேற்கொள்ளும் செயல் ப்ராயச்சித்த கர்ம என்று அழைக்கப்படுகிறது. இன்றைய வழக்கில் பரிஹாரம் என்று கூறப்படுகிறது. ''துக்கஹேது நிவ்ருத்தி ஸாதனம்'' துயரத்திற்கான காரணத்தை நீக்க செய்யப்படும் செயல் இது.

முதல் நிலையில் இருப்பவர்களைப் பொறுத்தவரை வெளி சூழ்நிலைதானே துயரத்திற்குக் காரணம். ஆகவே இவர்கள் விதவிதமான பரிஹாரம் செய்வதில் ஈடுபடுவார்கள்.

பரிஹாரம் தேடுதல் தவறாகக் கூறப்படவில்லை. உடலுக்கு

நோய் வந்தால், நோயை நீக்க செய்யும் முயற்சியும் பரிஹாரம் தான். சில கஷ்டமான சூழ்நிலைகளை நீக்க முயற்சிக்கலாம். ஆனால் இந்நிலையில் உள்ளவர்கள் எப்பொழுதும் பரிஹாரத்திலேயோ, காம்ய கர்மத்திலேயோ ஈடுபட்டு வருவார்கள்.

இவ்விதம் எப்பொழுதும் வெளிவிஷயத்தில் குறை கண்டு தன் குறையை உணராத மனிதர்கள் செய்யும் அனைத்து செயல்களும் இந்த இரு பிரிவில் அடங்குகிறது. இப்படிப்பட்டவர்களின் கதியைப்பற்றிக் கூறும்போது உபநிஷத் ம்ருத்யோ: ஸ ம்ருத்யும் ஆப்னோதி, அதாவது மரணத்திலிருந்து மரணத்தை அடைகிறார்கள் என்று வர்ணிக்கிறது. எப்படி என்றால் இவர்கள் வெளிவிஷயத்தை மாற்றி, தன்னை மாற்றாது இருந்து வருவார்கள். **ஆசைப்படும் பொருளை மாற்றி வருவார்கள்; ஆசைப்படும், கோபப்படும், பொறாமைப்படும், மோஹப்படும் மனதை மாற்றாமல் வாழ்ந்து வருவார்கள்.**

இப்படிப்பட்ட மனிதர்களை ஸம்ஸாரி, விஷயி, கர்மி என்றெல்லாம் தத்துவ சாஸ்திரம் அழைக்கும். இவ்விதத்தில் இவர்கள் வாழ்வு அமைய மூல காரணம் என்ன?

முதல் சூத்ர வாக்யத்தை நினைவில் கொண்டால் இவர்கள் வெளியே குறைகாண்பவர்கள். உள் இருக்கும் குறையைக் காணாதவர்கள்.

இப்படிப்பட்டவர்கள் உய்வு அடைய அதாவது அடுத்த படிக்கு வர என்ன மார்க்கம் என்றால் கருணையே வடிவான வேதமாதா இவர்களைக் குறை கூறாமல் இவர்களை உய்விக்க ‘‘தர்மம்’’ என்ற தத்துவத்தை போதிக்கிறாள். தர்மப்படி ஒருவன் வாழ்க்கையை மேற்கொண்டு காம்ய கர்மத்தில் ஈடுபட்டாலும் நாளடைவில் இவனுக்கு தர்மத்தின் பலனாக இரண்டாம் நிலையில் நாம் பார்க்க இருப்பவனுக்கு உரிய அறிவு கிடைக்கிறது. ஆகவே போகத்தை அனுபவிக்க வேதம் முழு சுதந்திரம் கொடுக்கிறது. ஆனால் தர்மப்படி என்ற நிபந்தனையை விதிக்கிறது. தர்மத்தை விட்டால் கீழ்நிலைப் பலன். தர்மப்படி வாழ்க்கையை மேற்கொண்டால் மனிதன் முதல்



நிலையிலிருந்து இரண்டாம் நிலைக்கு உயர்வான். நாம் அனைவரும் இந்த நிலையிலிருந்து தான் வாழ்க்கையைத் துவங்கியுள்ளோம். இந்நிலையில் உள்ளோர் உயர்வதற்கான உபாயம் தர்மம்.

இரண்டாம் நிலை

சூத்ரவாக்யம்

**நீ அனுபவிக்கின்ற துயரங்களுக்கு எப்பொழுது நீ உன்னையே குறை கூறிக் கொண்டிருக்கிறாயோ, அப்பொழுது உன்னுடைய ஆன்மீகப் பயிற்சி நடைபெற்றுக் கொண்டிருக்கிறது.**

ஒரு நிலையிலிருந்து அடுத்த நிலைக்கு நாம் உயர்கிறோம் என்றால் அதற்கு மூல காரணம் நமக்குக் கிட்டிய அறிவே. இந்நிலையில் உள்ள மனிதரின் அறிவு எப்படிப்பட்டது என்று முதலில் பார்ப்போம்.

சூழ்நிலைகளால் தாக்கப்படும் பொழுது இவர்களது எண்ண ஓட்டமானது கீழ்கண்ட விதத்தில் ‘‘இந்த சூழ்நிலையில் நான் தூயரப்படுவதற்குக் காரணம் என் மனம்தான். இங்கு நான் ஆசைப்படாமல் இருந்திருந்தால் துயரமில்லை, இந்த சூழ்நிலையில் நான் பொறாமைப்படாமல் இருந்திருக்கலாம், கோபப்படாமல் இருந்திருக்கலாம், மோஹத்தில் வீழாமல் இருந்திருக்கலாம், இந்த உலகிற்கு என்னைத் துயரப்படுத்தும் சக்தி இல்லை. அந்த சக்தியைக் கொடுத்தது என் மனம் தான். எனக்குக் கிட்டும் ஒவ்வொரு அனுபவத்தையும் பொருள் படுத்தும் என் மனதில் அறியாமை, ஆசை, பலஹீனம் போன்ற குறைகள் இருக்கின்றன. என்னைக் குறித்து இழிவாகப் பேச பிறருக்கு உரிமை உண்டு. அந்தப் பேச்சை எப்படி பொருள்படுத்துதல் என்ற உரிமை என்னிடம் உள்ளது. என்னுடைய பக்குவமின்மையால் பிறருடைய சொற்களை நான் என் துயரத்துக்கான காரணமாக மாற்றிவிடுகிறேன். விதவிதமான சூழ்நிலைகள் எனக்குள் என் மனம் வழியாக செல்கிறது. சூழ்நிலைகளை மாற்றுவது என்னால் முடியாது, எனக்கு அதற்கு உரிமையும் இல்லை. மாறாக அதை சந்திக்கும் என் மனதை மாற்ற

எனக்கு உரிமையும் சுதந்திரமும் உண்டு. ''மற்றவர்கள் என்னை உயர்வாகவோ தாழ்வாகவோ பார்க்கலாம்; அது அவர்கள் விருப்பம். அவர்களிடம் உள்ள உரிமை. என்னை நான் எப்படிப் பார்ப்பது என்பது யாரிடத்தில் இருக்கிறது? என்னிடத்தில் தானே!''

வாழ்வில் சந்திக்கின்ற ஒவ்வொரு அனுபவமும் ஒவ்வொரு நிகழ்ச்சி. மனதானது அது அடைந்த பக்குவத்திற்கேற்ப அந்நிகழ்ச்சியை சுகமாகவோ துக்கமாகவோ மாற்றுகிறது. இவ்வுலகில் எந்தப் பொருளையும் இன்பம் என்றோ, துன்பம் என்றோ அழைக்க முடியாது. சிலருக்கு இன்பமாகத் தெரிகிற சூழ்நிலை சிலருக்குத் துயரமாகத் தெரிகிறது. இராமர் காட்டுக்குச் செல்ல வேண்டும் என்பது வெளி சூழ்நிலை. இந்த சூழ்நிலை கைகேயிக்கு மகிழ்ச்சியைக் கொடுத்தது. இலக்குவனுக்குக் கோபத்தையும், அயோத்தி மக்களுக்கு சோகத்தையும் கொடுத்தது. இராமபிரானின் மனநிலை அமைதியுடன் இருந்தது. இங்கு சில சிந்தனையாளர்களது கருத்தைப் பார்க்கலாம்: ''இவ்வுலகம் உன்னிடம் எப்படி நடந்து கொள்கிறது என்பது நீ அவர்களுக்குக் கற்றுக் கொடுத்ததன் அடிப்படையில் தான்.'' அதாவது என்னிடம் இப்படி நடந்து கொள்ளவும் என்று உன்னை அறியாமல் நீ அவர்களுக்குக் கற்றுக் கொடுத்துள்ளாய். Circumstance makes you - சூழ்நிலை உன்னைக் உருவாக்குகிறது என்பது உண்மை. அது போலவே, Circumstance reveals you - சூழ்நிலை உன்னை காட்டிக்கொடுக்கிறது. இந்த நேரத்தில் நீங்கள் ''ஆன்மீகப் பாதையில்'' என்ற தலைப்பு கொண்ட இந்தப் புத்தகத்தைப் படித்துக் கொண்டுள்ளீர்கள். இது நீங்கள் உருவாக்கிய சூழ்நிலை. உங்களை இது காட்டிக் கொடுக்கிறது. அதுபோல நாம் எதை பார்க்கிறோம், படிக்கிறோம், பேசுகிறோம் என்பது நம்மைக் காட்டிக் கொடுக்கிறது.

Nothing has changed except my attitude. So everything has changed. எதுவும் மாறவில்லை; என்னுடைய பாவனை மட்டும் மாறியது. அதனால் அனைத்தும் மாறிவிட்டது. சூழ்நிலை மீது ஏன் பழிபோடக் கூடாது என்றால் - சூழ்நிலையை உருவாக்கியவர்களே நாம் தானே. நாம் மாறினால் மட்டும் போதும். இந்த உண்மை தெரியாத முதல் நிலையில் இருப்பவர்கள் சூழ்நிலைகள், மற்ற மனிதர்கள் போன்றவைகள் மீது பழியை சுமத்தி, சூழ்நிலைகளுக்கு அடிமைப்பட்டு, சிலசமயம் புறச் சூழ்நிலையிலிருந்து தப்புவதற்காக தற்கொலைக்கும் முயல்கிறார்கள். எந்த சங்கடமும் வெளியிலிருந்து வரவில்லை. நம் மனம் தான் எல்லா சங்கடங்களையும் தோற்றுவிக்கிறது. உண்மையில் வெளி உலகம் நம்மைத் துன்பப்படுத்துவது என்பது வெறும் தோற்றம் தான். உண்மையில் நமக்கு பகைவன் அதாவது நம்மை துன்பப்படுத்துவது நம் மனம் தான்.



''மன ஏவ மனுஷ்யானாம் காரணம் பந்த மோக்ஷயோ:''

'மனம் தான் மனிதர்களின் பந்தத்திற்கும் மோக்ஷத்திற்கும் காரணம்' என்ற சான்றோர் வாக்கு எவ்வளவு உண்மை என்பதை நாம் நம் மனமே நமக்குத் துயரத்தைக் கொடுக்கக் காரணமாக உள்ளது என்பதைப் பார்க்கும் பக்குவத்தை அடையும்போது உணரலாம்.

பகவானும் கீதையில், 'நீயே உனக்கு நண்பன் நீயே உனக்குப் பகைவன்' என்று கூறியுள்ளார். இரண்டாம் நிலையில் உள்ளவன் தன் பகைவனைக் கண்டுபிடித்து விட்டான். பகைவன் இருக்கும் இடம் தெரிந்தாலே பாதி வெற்றி என்பார்கள். பகைவனான மனதை நண்பனாக்கிவிட்டால் மீதி வெற்றி.

நாம் அனுபவிக்கின்ற துயரத்திற்கு இதுதான் காரணம் என்று சரியாக நிச்சயம் (Right Diagnosis) செய்வது சாதாரணமான செயல் அல்ல. அவ்விதம் செய்துவிட்டால் அதற்குப் பிறகு நாம் செய்யும் முயற்சியும் – அதாவது ஸாதனையும் – சரியாக அமையும். அடைய வேண்டிய இலக்கை விரைவில் அடைய முடியும். இந்த இரண்டாவது நிலையில் இருப்பவர்கள் செய்யும் அனைத்து ஸாதனைகளும் ஆன்மீகப் பயிற்சி ஆகிறது. இவர்களே ஆன்மீகத்தில் நுழைந்துள்ளார்கள். இதில் நுட்பமான விஷயம் என்னவென்றால், முதல் நிலையில் இருப்பவர்கள் பூஜை, பாராயணம், வ்ரதம் முதலிய தவத்தை செய்வார்கள். ஆனால் அவை ஆன்மீகப்

பயிற்சியாவதில்லை. அதே தவங்களை இங்கு உள்ள சாதகரும் செய்வார். இவர் செய்வது ஆன்மீகப் பயிற்சியாகிறது. இதிலிருந்து என்ன தெரிகிறது என்றால், ஒரு குறிப்பிட்ட ஸாதனை ஆன்மீகப் பயிற்சியாகாது. யார், எப்படிப்பட்ட பாவனையுடன் செய்கிறார்கள் என்பதைப் பொறுத்தே ஒரு ஸாதனை ஆன்மீகப் பயிற்சியா அல்லது காம்ய கர்மமா என ஆகும். இந்த இரண்டாவது நிலையில் உள்ளவர்கள் தன் மனதைப் பண்படுத்த வேண்டும் என்ற ஸங்கல்பத்தில் அதாவது நோக்கில் ஸாதனைகளை மேற்கொள்வதால் இவர்கள் செய்யும் ஸாதனைகள் ஆன்மீகப் பயிற்சி ஆகிறது. இவர்களும் உடல் ஆரோக்கியம் போன்ற வேண்டுதல் விடுப்பார்கள். இவர்கள் காம்ய கர்மத்தை மேற்கொண்டாலும் அது நிஷ்காம கர்மம் ஆகிறது. வீட்டில் சில சங்கடங்கள், தடைகள் உள்ளன. அது நீங்கினால் மனதைப் பண்படுத்தும் முயற்சியில் முழுமையாக ஈடுபடலாம் என்ற நோக்கில் இவர்கள் இறைவனிடம் என்ன வேண்டுதல் விடுத்தாலும், காம்ய கர்மம் ஆகாது.

இனி நம்முடைய அடுத்த சிந்தனை – நம் மனம் ஏன் நமக்குப் பகைவனாக இருக்கிறது என்பதும் அந்தப் பகைவனை எப்படி நண்பனாக்குவது என்பதுமே.

பொதுவாக சிலருடன் சில காலம் பழகியபின் தான் பகைத்துக் கொள்வோம். ஆனால் நம் மனதின் விஷயத்தில் ஆரம்ப காலத்தில் இருந்தே அது நமக்குப் பகைவனாக இருக்கிறது. பிறக்கும் போதே மோஹவசத்துடன் தான் பிறந்துள்ளோம் என்று கீதையில் பகவான் கூறுகிறார்.

இச்சாத்வேஷ ஸமுத்தேன
த்வந்த்வமோஹேன பாரத |

ஸர்வபூதானி ஸம்மோஹம்
ஸர்கே யாந்தி பரந்தப || (கீதை - 7 - 27)

விருப்பு வெறுப்புக்களால் தோன்றிய இருமை ரூபமான



மோஹத்தால் அனைத்து உயிரினங்களும் பிறக்கும் போதே குழப்பத்தை அடைந்துள்ளன. ஆக, ஆரம்பத்தில் இருந்தே மனம் மோஹவசத்தில் தான் இருக்கிறது. மனம் ஏன் வெளி சூழ்நிலைகளை துயரமாக மாற்றுகிறது என்றால் மனதில் விருப்பு, வெறுப்பு, பொறாமை, லோபம் போன்ற தன்மைகள் இருப்பதனால். இவை அமிலத்துக்கு ஒப்பானவை. அமிலம், தான் இருக்கும் பாத்திரத்தை அழிப்பது போல், இப்படிப்பட்ட தன்மைகளுடன் கூடிய மனம் நமக்குள் இருந்து நம்மையே வருத்தி வருகிறது. அதனால் மனதையே அழித்து விடுவதா என்ற கேள்வி வரும் போது சாஸ்திரம் கொடுக்கும் பதில் - மனதை மாற்றி அமைக்க வேண்டும். துயரத்தைக் கொடுக்கும் தீயகுணங்களை அழித்து, அமைதி, அன்பு போன்ற நற்பண்புகளுடன் கூடிய மனதை உருவாக்கினால், அப்படிப்பட்ட மனம் நமக்கு உற்ற நண்பனாகிறது.

மனதை எப்படி நண்பனாக்குவது?

இரண்டாவது நிலையில் இருப்பவர்கள் செய்யும் அனைத்து செயல்களும் அவர்கள் மனதை மாற்றி அமைக்கும் வகையில் அமையும் என்றும் அவர்கள் செய்வதுதான் ஆன்மீகப் பயிற்சி என்றும் பார்த்தோம். இனி இவர்கள் செய்யும் ஸாதனைகளின் க்ரமம் (Order) என்ன என்று பார்க்கலாம்.

தன்னுடைய கடமைகளைத் தன் மனத்தூய்மைக்காக இவர்கள் செய்வதால் இவர்களுடைய கர்மம் கர்மயோகம் ஆகிறது. ஏன் மனத்தூய்மைக்காக செய்கிறார்கள் எனில், அசுத்தமான மனம்தான் தன் துயரத்திற்குக் காரணம் என்று இவர்கள் உணர்ந்துள்ளார்கள். ஆகவே இரண்டாம் நிலையில் உள்ளவர்கள் மேற்கொள்ளும் முதல் சாதனை **கர்மயோகம்.** இவ்விதம் மேற்கொள்ளும் சாதனையின் பலன், எது நிலையானது எது நிலையற்றது என்ற அறிவும், அதைத் தொடர்ந்து நிலையானதில் விருப்பமும், நிலையற்றதில் பற்றின்மையும் அடைதல். இந்த நிலையை அடைந்தவர்கள் மனதில் உள்ள அழுக்கை நீக்கி, மேலும் தியானம் முதலிய பயிற்சியால் மனதின் சஞ்சலத் தன்மையை ஓரளவு குறைத்து, தூய்மையான,

அமைதியான மனதை அடைகிறார்கள். இந்த நிலைக்கு வந்த இவர்களுக்கு மேலும் ஒரு பெரிய உண்மை விளங்குகிறது. அது என்னவென்றால், மனதில் மெய்ப்பொருளைப் பற்றிய அறியாமை இருக்கிறது. அதாவது 'நான் உண்மையில் எப்படிப்பட்ட தன்மையுடன் கூடியவன் என் உண்மை நிலை என்ன?' என்பதைப் பற்றிய அறியாமை உள்ளது. இப்படிப்பட்ட அறியாமை இருக்கும்வரை மனதில் நிறைவின்மை குடிகொண்டிருக்கும். ''கர்மயோகம், தியானம் முதலிய சாதனைகளால் மனதை ஓரளவு செம்மைப்படுத்தி விட்டோன். இதை அடுத்து, இந்த நிறைவின்மையை நீக்க நிறைவான பொருளைப் பற்றிய அறிவை மனத்திற்குப் புகட்ட வேண்டும். ஆகவே இனி நான் நாடவேண்டியது நிறைபொருள்.'' இந்த விதத்தில் அவர்கள் மனதில் எண்ண ஓட்டங்கள் ஓடுகின்றன.

நிறைபொருள் என்று நாம் இங்கு குறிப்பிட்டதை வேதாந்த நூல் ப்ரஹ்மம், ஆத்மா என்றெல்லாம் அழைக்கிறது. ஆக, இவர்கள் இனி நாடுவது ஆத்மஞானம் அல்லது ப்ரஹ்ம ஞானம்.

இந்த நிலைக்கு அதாவது ஆத்மஞானத்தை நாடுதலுக்கு வந்தவர்கள் கர்மயோகம், தியானம் போன்ற ஸாதனைகளை மேற்கொண்டு உலகின் நிலையற்ற தன்மையை உணர்ந்து, நிலையான ஒன்றை அறிவின் மூலம் அடையவேண்டும் என்று உணர்ந்து நிற்கின்றனர்.

இவர்களுக்கான அடுத்த உபாயம் என்ன என்று பார்ப்போம்.

எந்த அறிவையும், அறிவைக்கொடுக்கும் கருவியின் மூலம் தான் அடைய முடியும். ஆத்மஞானத்துக்குக் கருவியாக இருப்பது குருமுகமாக வேதாந்த விசாரத்தில் ஈடுபடுதல். அதாவது வேதத்தின் கடைசியில் அமைந்துள்ள உபநிஷத்துக்களை முறையாக குருவின் துணை கொண்டு ஆராய்ச்சி செய்யும் பொழுது ஆத்ம தத்துவம் விளங்கும். இங்கு ''ச்ரவணம் மனனம் நிதி$_3$த்$_4$யாஸனம்'' என்று மூன்று படியாக ஸாதனைகள் பேசப்படும். கேட்டல், சந்தேகங்களை நீக்க சிந்தித்தல், ஆத்மாவைப் பற்றி சந்தேகமற அடைந்த அறிவில் நிலைபெறும் பொருட்டு தியானித்தல். இவ்விதமான ஸாதனைகளைப் பூர்த்தி செய்யும் பொழுது இரண்டாம் நிலையிலிருந்து ஒருவர் அடுத்த நிலைக்கு செல்கிறார். அதாவது, முதலில் நாம் குறிப்பிட்ட மூன்றாம் நிலையை அடைகிறார். இரண்டாம் நிலையில் இருப்பவர் செய்வதுதான் ஆன்மீகப் பயிற்சி என்றோம். இவர் செய்யும் ஆன்மீகப் பயிற்சி முறையே கர்மயோகம், தியானம், ச்ரவணம், மனனம், நிதித்யாஸனம் முதலியவை. இரண்டாம் நிலையிலேயே பல படிகள் இருப்பதைப் பார்க்கிறோம். கர்மயோகத்தை மேற்கொண்டவர்கள் ஆன்மீகப் பயிற்சியைத் துவங்கியுள்ளார்கள். விவேகம், வைராக்யம், தத்வப்பொருளை அடைய ஆர்வம் போன்ற பலனை அடையும் வரை கர்மயோகம் தொடர வேண்டும். பிறகு கடமைகளில் இருந்து சிறிது சிறிதாக விலகி, அதிக காலம் த்யானம் போன்ற ஸாதனையில் ஸாதகன் ஈடுபட்டு மனதை ஓரளவு அமைதிப்படுத்தியபின், வேதாந்த விசாரத்தில் ஈடுபாடு ஏற்பட, அதையும் முறையாக செய்து முடிக்க வேண்டும். கர்மயோகத்தில் துவங்கி, தியானம், விசாரம், மனனம், நிதித்யாஸனம் போன்ற ஸாதனைகளில் படிப்படியாக ஈடுபட்டு வரும் பொழுது ஒருவர் ஆன்மீக முன்னேற்றத்தை அடைந்து வருவதாக கூறப்படும்.

இனி அனைத்து ஆன்மீகப் பயிற்சியையும் முடித்த ஒருவர் என்ன பலனை அடைந்தவராக இருக்கிறார் என்று அடுத்த மூன்றாம் நிலையில் பார்ப்போம்.

மூன்றாம் நிலை

சூத்ரவாக்யம்

**நீ அனுபவிக்கின்ற துயரங்களுக்கு எப்பொழுது நீ மற்றவர்களையோ சூழ்நிலைகளையோ குறை கூறவில்லையோ, உன்னையும் குறை கூறவில்லையோ, அப்பொழுது உன்னுடைய ஆன்மீகப் பயிற்சி நிறைவு பெற்றுவிட்டது.**

இந்நிலையை அடைந்தவர்கள் அனைத்து ஸாதனைகளையும் முடித்து இலக்கை அடைந்தவர்கள். இவர்கள் ஸாதகர்கள் அல்ல, ஸித்தர்கள். இவர்கள் மனம் உலகையும் தன்னையும் குறை கூறாது நிறைவுடன் இருக்கும். குளிர், வெப்பம், மானம், அவமானம் போன்ற வெளி சூழ்நிலைகளால் தாக்கப்படாமல் சமநிலையில் இருக்கும். உபநிஷத் இவர்களை வர்ணிக்கும் போது ''ததோ ந விஜுகு$_3$ப்ஸதே''. 'பிறகு (இவர் யாரையும்) நிந்திப்பதில்லை' என்று கூறுகிறது. இவர்கள் எங்கும் குறைகாண்பதில்லை. தைத்திரீயோபநிஷத் இவர்கள் தன்னிடமும் குறைகாண்பதில்லை என்பதை இவ்விதம் விளக்குகிறது.

''கிமஹம் ஸாது நாகரவம். கிமஹம் பாபம் அகரவம் ஏதம் ஹ வாவ ந தபதி''

'நான் ஏன் நல்லதை செய்யவில்லை நான் ஏன் பாபம் செய்தேன்' இதுபோன்ற எண்ணம் இவரை வாட்டாது. அதாவது தன்னை நொந்து கொள்ள மாட்டார்கள். உலகையோ, தன்னையோ நிந்தனை செய்யமாட்டார்கள் என்று இவ்விரு உபநிஷத் வாக்கியங்களும் தெளிவாகக் கூறுகின்றன. கீதையில் இந்த மூன்றாம் நிலையில் இருக்கின்றவர்களை பகவான் ''க்ருதக்ருத்ய:'' (கீதை - 15:20) 'செய்யவேண்டியதை செய்து முடித்தவர்' என்று அழைக்கிறார். மேலும் இவர்கள் ஒன்றை செய்து அல்லது செய்யாதிருந்து அடைவதோ, இழப்பதோ ஒன்றும் இல்லை. தன்னில் நிறைவானவர்களாக இவர்கள் இருக்கிறார்கள். யாரால் உலகிற்கு இடர் இல்லையோ, உலகத்தால் யார் இடர்ப்படுவதில்லையோ அவர்களே



மேலான பக்தர்கள் என்றெல்லாம் பலவாறு இவர்கள் நிலை வர்ணிக்கப்படுகிறது. அனைத்து ஆன்மீக ஸாதனைகளின் இறுதிபலன் இது போன்ற மனதை அடைவதே. ஆன்மீகப் பயிற்சிக்குள் வராதவர்களுக்கு மனம் பெரும் சுமையாகிவிடுகிறது. அவர்கள் மனதை சுமக்க இயலாதவர்களாகி விடுகிறார்கள். சற்று நிதானமாக சிந்தித்தால் நம் அனைத்து சங்கடங்களுக்கும் மூலமாக இருப்பது நம் மனதை நம்மிடம் வைத்திருக்க முடியாததுதானே. இந்த நிலைக்கு வந்தவர்களுக்கு மனம் ஒரு கண்ணாடி போல. அவர்களது ஆனந்த ஸ்வரூபத்தை அது காட்டிக்கொண்டிருக்கிறது. இவர்களே ஜீவன்முக்தர்கள் என்று அழைக்கப்படுகிறார்கள். ஜீவன் என்றால் உயிரோடு இருக்கும் பொழுதே என்று பொருள். முக்தி என்றால் மனச்சுமையில் இருந்து விடுதலை அல்லது நிறைவின்மையில் இருந்து விடுதலை. வாழ்க்கை என்னும் பயணத்தில் மனம் நல்ல வாகனமாக அமைய அதில் அமர்ந்து இவ்வுலகை பவனிவருகிறார்கள். இவ்விதம் மூன்றாம் நிலையில் இருப்பவர்கள் உலகையோ தன்னையோ குறைகூறாது அனைத்தையும் ஏற்றுக் கொண்டு மனநிறைவுடன் எஞ்சியிருக்கும் காலத்தை கழிக்கிறார்கள்.

நிறைக்க முடியாத மனதை நிறைத்து, பகைவனாக இருந்த மனதை நண்பனாக மாற்ற இவர்கள் அடைந்த ஞானம் என்ன என்று பார்ப்போம்.

''யஸ்மின் ஸர்வாணி பூ$_4$தானி ஆத்மைவ அபூ$_4$த்''

'எப்பொழுது எல்லா உயிரினங்களும் தானாகவே ஆனதோ' என்று உபநிஷத் இவர்களிடம் இருக்கின்ற ஞானத்தை வர்ணிக்கிறது. இவர்கள் அனைத்து உயிரினங்களையும் தானாகவே பார்க்கிறார்கள். தன்னையே அனைத்துமாக அறிகிறார்கள். உபநிஷத்துக்களின் மையக்கருத்து இரண்டற்ற ஒரு மெய்ப்பொருள் தான் உள்ளது என்பதே. இக்கருத்தை போதிக்கும் வாக்யத்திற்கு மஹாவாக்யம் என்று பெயர். சிஷ்யனை பார்த்து குருவானவர் ''தத் த்வம் அஸி'' 'நீ அதுவாக இருக்கிறாய்' - அதாவது' ''இந்த உடலுக்கு ஆதாரமாக இருக்கின்ற ஆத்மாவான நீ, அனைத்து படைப்புக்கும் ஆதாரமாக

இருக்கின்ற ப்ரஹ்மமாகவே இருக்கிறாய்'' என்று உபதேசிக்க, சிஷ்யன் இதைக் கேட்டு ''அஹம் ப்ரஹ்ம அஸ்மி'' 'நான் ப்ரஹ்மனாக இருக்கிறேன்' என்று புரிந்து கொள்கிறான். இவ்விதம் புரிந்துகொண்டபின், உலகையும் மற்ற உயிரினங்களையும் பார்க்கும்பொழுது இவன் தன்னையே தான் பார்ப்பதாக அறிகிறான். தானே அனைத்துமானதாக உணர்கிறான். சாந்தோக்ய உபநிஷத்தில் ஏழாவது அத்தியாய இறுதியில் மூன்று வாக்யங்கள் வருகின்றன.

''ஸ ஏவ இதம் ஸர்வம்''

'அதுவே இவையனைத்துமாக உள்ளது'.

''அஹம் ஏவ இதம் ஸர்வம்''

'நானே இவையனைத்துமாக இருக்கிறேன்'.

''ஆத்மா ஏவ இதம் ஸர்வம்''

'ஆத்மாவே இவையனைத்துமாக இருக்கிறது'

இம்மூன்று வாக்யமும் ஒரே பொருளைத்தான் குறிக்கின்றன. இப்படிப்பட்ட அறிவே மூன்றாம் நிலையில் இருப்பவர்களால் அடையப்பட்டுள்ளது. இவ்விதம் இருமையற்ற அத்வைத ஞானத்தின் விளைவாக, இவர்கள் ஆசை, பொறாமை, நிந்தனை போன்றவற்றில் இருந்து விடுதலை அடைந்துள்ளார்கள்.

மனித வாழ்வின் இலக்கு இந்த ஞானத்தை அடைந்து மனதை நிறைவுபடுத்துவதே. அந்த இலக்கை அடைந்தோர் இங்கு குறிப்பிட்ட மூன்றாம் நிலையில் உள்ளவர்கள்.

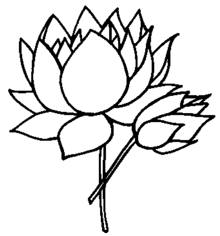


## முடிவுரை

உலகத்தின் மீது பழியையும் குறைகளையும் சுமத்தி வாழ்வைத் துவங்கிய மனிதன், தர்மப்படி வாழ்வை மேற்கொண்டால் பழியைத் தன்மீது சுமத்திக்கொள்ளவேண்டும். அதாவது தன்னுடைய நிலைக்குத் தானே பொறுப்பு என்ற அறிவை அடைகிறான். இந்த அறிவுடன் இவன் மேற்கொள்ளும் ஸாதனைகள் இவனைப் பக்குவப்படுத்துவதால், இந்நிலையில் இருப்பவர்கள் செய்வதே ஆன்மீகப் பயிற்சி ஆகிறது என்று பார்த்தோம்.

இறுதியாக சுருக்கமாக ஆன்மீகப் பயிற்சியின் இலக்கணம்:-

**'மெய்ப்பொருளை அறியவேண்டும் என்ற நோக்கில் மேற்கொள்ளும் ஸாதனைகளும், மெய்ப்பொருளைப் பற்றிய அறிவை அடைய தன்னைப் பண்படுத்திக்கொள்ள வேண்டும் என்ற நோக்கில் மேற்கொள்ளும் ஸாதனைகளும் ஆன்மீகப் பயிற்சி ஆகின்றன'**



# 2. அஹிம்ஸா

## முகவுரை

**அஹிம்ஸா பரமோ தர்ம:**
அஹிம்ஸை மேலான தர்மம்

என்பது சான்றோர் வாக்கு.

நாம் பின்பற்ற வேண்டிய நற்பண்புகளில் மிகவும் முக்கியமானதாகவும் மேலானதாகவும் கடினமானதாகவும் உள்ள பண்பு அஹிம்ஸை. அஹிம்ஸை என்றால் துன்புறுத்தாமை.

யாரைத் துன்புறுத்தாமல் இருத்தல்?

நம்மையும் மற்றவர்களையும்.

நம்மை நாமே துயரப்படுத்திக் கொள்கிறோம்.

நாம் மற்றவர்களால் துயரப்படுத்தப்படுகிறோம்.

நாம் மற்றவர்களைத் துயரப்படுத்துகிறோம்.

இந்நிலை மாறி, நாம் எவ்விதத்திலும் துயரப்படாமலும் மற்றவர்களைத் துயரப்படுத்தாமலும் இருத்தல் அஹிம்ஸை.

பொதுவாக, அஹிம்ஸை என்றால் மற்றவர்களை நாம் துயரப்படுத்தாமல் இருத்தல் என்றே நினைத்து வருகிறோம். அஹிம்ஸையை நாம் நம்மிடத்தில் இருந்தே துவங்க வேண்டும். நம்மைத் துயரப்படுத்திக் கொள்ளாமல் இருத்தலும் அஹிம்ஸையே. ஆகவே நம்மையும் புண்படுத்திக் கொள்ளாமல், மற்றவர்களையும் புண்படுத்தாமல் இருப்பதே அஹிம்ஸை.

மஹாவ்ரதம் - மாபெரும் தவம் என அழைக்கப்படும் அஹிம்ஸையை ஆராய்வோம்.



## லக்ஷணம்

அஹிம்ஸையின் இலக்கணமானது:

**மனோவாக்காய கர்மபி: ப்ராணிபீட - அனாசரணம்.**

மனதாலோ சொல்லாலோ உடலாலோ உயிரினங்களைத் துன்புறுத்தாமல் இருத்தல்.

உடலால் பிறரைத் துன்புறுத்துதல்; சொல்லால் துன்புறுத்துதல்; மனதால் பிறருடைய துன்பத்தை விரும்புதல், சபித்தல் என நாம் உடல் - சொல் - மனம் என்ற மூன்று இடங்களில் இருந்து வரும் செயல்களால் ஹிம்ஸை செய்து வருதலைத் தவிர்த்தல் அஹிம்ஸை என்று சொல்லப்படுகின்றது.

## அஹிம்ஸையின் மேன்மை

ஸந்யாஸத்தை ஏற்றுக் கொள்ளும் சமயத்தில் எடுத்துக் கொள்ளப்படும் முக்கிய வ்ரதம் அஹிம்ஸை. யாருக்கும் ஹிம்ஸை செய்யமாட்டேன் என்று உறுதிமொழி எடுத்துக் கொள்வது ஸந்யாஸ தீக்ஷையின் முக்கிய அங்கமாகிறது.

வ்ரதம் எடுக்கும் பொழுது தேவர்களை அழைத்து, என்னைக் கண்டு பயம் வேண்டாம். நான் உங்கள் பதவிக்கு ஆசைப்படமாட்டேன்; உங்களைத் துயரப்படுத்தமாட்டேன் என்று ஸந்யாஸி கூறுகிறார். பறவைகளைப் பார்த்து, என்னைக் கண்டு இனி அஞ்சவேண்டாம்; நான் உங்களைத் துயரப்படுத்தமாட்டேன் என்று கூறுகிறார். இதுபோன்றே, மற்ற உயிரினங்கள் எதையுமே துயரப்படுத்த மாட்டேன் எனவும் உறுதி கூறுகிறார்.

புலனடக்கம் போன்ற மற்ற பண்புகளைப் பயிற்சி செய்து துறவறத்தில் நிலைத்திருக்க முக்கியமாகப் பின்பற்றப்படுவது அஹிம்ஸையே. எத்தனையோ வ்ரதங்களில் முன்னிலையில் இருக்கும் அஹிம்ஸை மஹாவ்ரதம் - மாபெரும் தவம் என்று அழைக்கப்படுகிறது. இல்லறம் முதலான எல்லா ஆச்ரமத்தில் இருப்பவர்களுக்குமே அஹிம்ஸை முக்கிய வ்ரதம் ஆகும். எனினும், துறவறத்தில் இருப்போர்க்கு அஹிம்ஸை மிக முக்கியமாகிறது.

உயிர்க்கு உறுகண் செய்யாமை தவத்திற்கு உரு.

எவ்வுயிர்க்கும் தீங்கு செய்யாமையே தவத்தின் இலக்கணம் என்கிறார் வள்ளுவர்.

## அஹிம்ஸையின் தேவை

நம்மை நாம் பண்படுத்தி, உலக வாழ்விலும் ஆன்மீக வாழ்விலும் வெற்றிகாண வேண்டும் என்றால் மிக முக்கியமாகக் கடைப்பிடிக்க வேண்டியது அஹிம்ஸை. அஹிம்ஸையைக் கடைப்பிடிக்க இயலாது எனப் பலர் தவறாக எண்ணி வருகின்றனர்.

துயரத்தை அனுபவித்தல் என்பது வாழ்வின் தவிர்க்க முடியாத நிலையாக உள்ளது. கஷ்டங்களை எல்லோரும் அனுபவித்தே தீர வேண்டும் என்பது இயற்கை. பிறக்கும் பொழுதே நாம் கண்ணீருடன் இவ்வுலகை அடைகிறோம். இவ்வுலகம் நமக்குக் கொடுக்கும் முதல் அனுபவமே துயரம்.

பிறந்தபின் நாம் பசி, நோய் போன்ற காரணங்களால் துயரப்படுகிறோம். குழந்தை இருக்கும் வீட்டில் சில சமயம் சிரிப்பு சப்தமும், சில சமயம் அழுகை சப்தமும் ஒலிப்பதைப் பார்க்கிறோம். துயரம் என்பது தவிர்க்க முடியாதது என்ற நிலை. துயரத்தால் நாம் பல சமயங்களில் பக்குவத்தையும் அடைகிறோம். சில சமயம், துயரத்தைத் தவிர்க்க முயலும் பொழுது அதிக துயரத்தை அனுபவிக்க நேரிடுவதையும் பார்க்கிறோம். மேலும் இயற்கையின் அமைப்பில் ஓருயிர் வாழ ஓருயிர் மடிய வேண்டியதாக உள்ளதைப் பார்க்கின்றோம்.

இந்நிலையில் அஹிம்ஸை என்பது எங்கு வருகிறது? அஹிம்ஸை என்ற பண்பைப் பின்பற்ற முடியுமா? தேவைதானா? இதுபோன்ற சந்தேகங்களால் அஹிம்ஸை என்பதைக் கடைப்பிடிக்க முடியாத சாதனையாக சிலர் கருதுகின்றனர்.

அஹிம்ஸை என்றால் என்ன என்பதைத் தெளிவாக உணர்ந்தால் இது பின்பற்ற வேண்டிய, பின்பற்றக் கூடிய பண்பே என்பது விளங்கும். இயற்கையாக – அதாவது தவிர்க்க முடியாத வகையில் – நம் உடலுக்கு வரும் கஷ்டத்தை ஹிம்ஸை என்று கூறுவதில்லை. வெறுப்பு, பொறாமை, கோபம் போன்ற காரணங்களால் ஒருவன் மற்றவர்களுக்குக் கொடுக்கும் துயரத்தைத்தான் ஹிம்ஸை என்று கூறுகிறோம். எங்கு துயரத்தைத் தவிர்க்க முடியுமோ, அங்கு ஒருவன் மற்றவனுக்குத் துயரத்தைக் கொடுக்காமல் இருப்பதே அஹிம்ஸை. மற்றவர்கள் நன்மைக்காக மற்றவர்களைத் திருத்தும் பொருட்டு நாம் மற்றவர்களுக்குக் கஷ்டத்தைக் கொடுப்பது ஹிம்ஸை ஆகாது. நோயாளிக்கு டாக்டர் கொடுக்கும் கஷ்டமும், மாணவனுக்கு ஆசிரியர் கொடுக்கும் தண்டனையும், குழந்தைகளுக்குப் பெற்றோர் கொடுக்கும் தண்டனையும் ஹிம்ஸை ஆகிவிடாது. ஆகவே எது ஹிம்ஸை எது அஹிம்ஸை எனத் தெளிவாக அறிந்து அஹிம்ஸையைப் பின்பற்றி நம்மை நாம் உயர்த்திக் கொள்ளுதல் மிக முக்கியக் கடமையாகும்.



நம்முடைய முன்னேற்றம் மற்றவர்கள் கண்ணீரிலிருந்து வருவதில்லை. நாமும் உலகை வாழ்த்த, உலகமும் நம்மை வாழ்த்தும் பொழுதே நாம் உயரமுடிகிறது. 'படித்தல்' என்பது மாணவர்களின் முக்கிய தர்மமாகிறது. தானம், கர்மயோகம் போன்றவை இல்லறத்தாரின் முக்கிய தர்மமாகிறது. அதுபோலவே, அஹிம்ஸை எல்லோருக்கும் முக்கிய தர்மம் என்றாலும், யார் ஆன்மீக வாழ்வில் நுழைந்து மனதை அமைதிப்படுத்தி, மெய்ப்பொருளைப் பற்றிய ஞானத்தை அடைந்து, எல்லா பந்தத்திலிருந்தும் விடுபட விரும்புகிறார்களோ, அவர்களுக்கு அஹிம்ஸை என்பது மிகமிக முக்கியமான தர்மம் ஆகிறது.

**To the extent we don't hurt others,
to that extent we don't get hurt.**

மற்றவர்களை எந்த அளவு நாம் துன்புறுத்தவில்லையோ, அந்த அளவு நாமும் துன்புற மாட்டோம்.

துன்பப்படும்போது மனம் சஞ்சலத்திலும் அமைதியின்மையிலும் இருக்கும். அப்படிப்பட்ட மனதில் ஒருமுகப்பாடு ஏற்படாது; மனம் குவியாது. மனம் சஞ்சலத்தில் இருந்தால் புத்தியின் பகுத்து அறியும் திறனும் செயல்படாது. ஆகவே, நம்மை உயர்த்தும் கருவியாக

செயல்படும் மனம் சரியாக அமைய வேண்டும் என்றால், அந்த மனம் துயரம், குற்ற உணர்வு, சஞ்சலம், குழப்பம் போன்ற குறைகளிலிருந்து விடுதலை அடைந்திருக்க வேண்டும். அப்பொழுதுதான் மனம் நமக்கு நல்ல கருவியாக செயல்படும். நமது பயணமும் தடையின்றி செல்லும். ஆகவே அஹிம்ஸை என்ற தர்மத்தை ஸாதகர்கள் முக்கியமானதாகக் கொள்ள வேண்டும்.

அஹிம்ஸை என்ற தர்மத்தை நாம் பின்பற்ற வேண்டும் என்றால் மற்ற சில நற்பண்புகளும் துணைபுரிய வேண்டும். மற்ற சில நற்குணங்களின் உதவியுடன்தான் அஹிம்ஸையைப் பின்பற்ற முடியும். அதுபோலவே, ஹிம்ஸையை விட வேண்டும் என்றால், சில தீய குணங்களை விட்டாக வேண்டும். ஒரே கல்லில் பல கனிகள் விழுவதுபோல், அஹிம்ஸை என்ற ஒன்றை நாம் பற்றினால் பல நற்பண்புகள் நமக்கு வரும்; பல தீய குணங்கள் நம்மை விட்டு விலகும்.

## ஹிம்ஸைக்கான காரணங்கள்

நாம் அஹிம்ஸையைப் பின்பற்ற வேண்டும் எனில் முதலில் நாம் என்ன என்ன காரணங்களால் மற்றவர்களைத் துன்புறுத்தி வருகிறோம் என்பதை அறியவேண்டும். பிறகு அக்காரணங்களைக் களைவதன் மூலம் அஹிம்ஸையைப் பின்பற்ற முடியும்.

இனி, நாம் மற்றவர்களைத் துயரப்படுத்துவதற்கான காரணங்களைப் பார்ப்போம். நாம் பல காரணங்களால் நம்மையும் மற்றவர்களையும் துன்புறுத்துகின்றோம். அதில் 1. வெறுப்பு, 2. கோபம், 3. பொறாமை, 4. பழிவாங்கும் நோக்கம், 5. காரியம் நடப்பதற்காக, 6. கவனம் இன்மை, 7. பண்பாடு இன்மை முதலிய காரணங்களால் எப்படி ஹிம்ஸை செய்கிறோம் என்பதை சுருக்கமாகப் பார்ப்போம்.

### 1. வெறுப்பு

எப்பொழுது ஒருவரை நாம் வெறுக்கின்றோமோ அப்பொழுது அவரைத் துயரப்படுத்துகின்றோம். வெறுப்புணர்வு என்பது



நம் மனதில் நாமே வளர்த்திக்கொள்வது. ஆரம்பத்திலேயே நாம் யாரையும் பொதுவாக வெறுக்க மாட்டோம். ஒருவருடைய செயல்கள், குணங்கள் நமக்கு விரும்பத் தகாததாக இருக்கும் பொழுது அவர் மீது சிறிது சிறிதாக வெறுப்பை வளர்த்துக் கொள்வோம். இவ்வெறுப்பே அவர்களைச் சொல்லாலும் உடலாலும் மனதாலும் துன்புறச் செய்யக் காரணமாகிறது. ஆசிரியரோ பெற்றோர்களோ வெறுப்பு ஏற்பட்டு தண்டிக்கும் பொழுது, செய்த தவறுக்கு அதிகமாகவே தண்டனை கொடுப்பார்கள். அப்பொழுது அது ஹிம்ஸை ஆகிறது. தண்டிப்பது ஹிம்ஸை அல்ல. வெறுப்பினால் செயல்படுவதே ஹிம்ஸை ஆகிறது.

நம் மனதில் ஒருவர் மீது வெறுப்புணர்வு தோன்றும் பொழுது நம்முடைய மனம் அமைதியின்மையிலும் ஒரு விதமான கஷ்டத்திலும் இருப்பதை உணர்கின்றோம். வெறுப்புணர்வு நம்மை ஹிம்ஸைப் படுத்திய பின்புதான் மற்றவர்களை ஹிம்ஸைப் படுத்துகிறது. எங்கெல்லாம் நம்மால் மற்றவர்கள் ஹிம்ஸைப்படுகிறார்களோ அங்கு முதலில் நாம் ஹிம்ஸைப்படுகின்றோம். ஆகவே நம்மை ஹிம்ஸைப்படுத்தியே மற்றவர்களையும் ஹிம்ஸைப்படுத்துகின்றோம்.

### 2. கோபம்

நாம் எந்த நேரத்தில் கோபத்தின் வசத்தில் வீழ்கிறோமோ அப்பொழுது கோபத்தின் அளவுக்கேற்ப மற்றவர்களைத் துயரப்படுத்துவோம். கோபம் தணிந்தபின்; துயரப்படுத்தி விட்டேனே என்றும் வருந்துவோம். நாம் பற்று வைத்திருப்பவர்களிடமும் கோபம் வரும் சமயத்தில் நம் வசம் இழந்து துயரப்படுத்துகிறோம். நாம் வெறுப்பவர்களை ஹிம்ஸைப்படுத்துவதுபோல் கோபவசப்படும் பொழுது நாம் விரும்புபவர்களையும் ஹிம்ஸைப்படுத்துகிறோம்.

பொறுமை இன்மையின் காரணமாக நாம் கோபாவேசப்படுகிறோம். பொறுமையை இழக்கும் பொழுது கடுஞ்சொற்களைப் பயன்படுத்தி மற்றவர் மனதைப் புண்படுத்துகிறோம். ஒருவர் தவறுசெய்யும் பொழுதுதானே அவர்களைக் கண்டித்து கடும் சொல் கூறுகிறோம் என நமக்குத்

தோன்றும். ஆனால் பல சமயங்களில் வேறுசிலர் செய்யும் தவறை அறிந்தும் அமைதியாக இருப்போம். எப்பொழுது பொறுமை இழக்கப்படுகிறதோ, அப்பொழுதுதான் நாம் கோபத்தின் வசப்பட்டு ஹிம்ஸையில் ஈடுபடுகிறோம். பெற்றோர்கள் பல சமயங்களில் பொறுமையின்மையால் குழந்தைகளைத் துன்புறுத்துகிறார்கள்.

### 3. பொறாமை

புற்று நோயைப் போல நமக்குத் தெரியாமலேயே நமக்குள் இருப்பது பொறாமை. பொறாமை என்பது அருவருக்கத்தக்க ஒன்று. **மற்றவர் வளர்ச்சியைப் பொறுக்காத மனம், திட்டமிட்டு ஹிம்ஸையில் ஈடுபடும்.** நம்மிடம் இருப்பதைக் கொண்டு மகிழ்ச்சி அடையாமல், நம்மிடம் இல்லாததை நினைத்து நாம் துயரப்படுகிறோம். பிறகு மற்றவர்களிடம் இருப்பதைக் கண்டு பொறாமைப்பட்டு அவர்களையும் ஹிம்ஸைப்படுத்துகிறோம். பொறாமை மனதில் எழும்போதே துயரமும் எழுகிறது. துர்யோதனன் இறக்கும் வரை மாளிகையில்தான் வாழ்ந்தான். பாண்டவர்கள் பல வருடங்கள் வனத்தில் வசிக்க நேரிட்டது. ஆனால் வாழ்வில் அதிக துயரப்பட்டவன் துர்யோதனன். காரணம் அவனிடம் இருந்த பொறாமையே.

மற்றவர்கள் மனதில் பொறாமையை ஏற்படுத்துவதும் ஒருவிதமான ஹிம்ஸையே. நாம் ஏதாவது ஒரு பொருளை வாங்கினால், பக்கத்தில் உள்ளவர்களிடம் அதைக் காட்டுவதுடன் நில்லாமல், அந்தப் பொருள் அவர்களிடம் இல்லை என்பதையும் சுட்டிக்காட்டுகிறோம். இதனால் அவர்கள் மனதில் பொறாமை உணர்வு தூண்டிவிடப்படுகிறது. பொருட்செல்வம், அறிவுச் செல்வம் போன்ற எந்த செல்வம் நம்மிடம் இருந்தாலும், அதைப் பறைசாற்றிக் கொள்வதும், டம்பமாக நடந்துகொள்வதும் நம்மைச் சுற்றி உள்ளோர் மனதில் பொறாமையை வளர்க்கிறது. இதுவும் ஹிம்ஸையே. பொறாமைப்படுதல், பொறாமைப்பட வைத்தல் இரண்டுமே ஹிம்ஸைதான்.

பொறாமை, மற்றவர்களையும் நம்மையும் ஹிம்ஸைப் படுத்துவதுடன், நாம் அடைந்ததையும் நம்மால் அனுபவிக்க



முடியாதபடி செய்கிறது – காட்டில் இரவில் சுகமாக உறங்கிக் கொண்டிருக்கும் பாண்டவர்களை நினைத்து, பஞ்சணையில் துர்யோதனன் வெந்து கொண்டிருந்தது போல. ஆகவே பொறாமை, ஹிம்ஸைக்கு முக்கிய காரணமாகிறது.

### 4. பழிவாங்கும் நோக்கம்

நம்மை யாராவது துயரப்படுத்தினால் அந்தத் துயரம் நம் மனதில், நாம் பட்ட துயரத்தை விட அதிகமாக அவரைத் துயரப்படுத்த வேண்டும், என்ற பழிவாங்கும் உணர்வைத் தூண்டி விடுகிறது. அதாவது, நாம் படும் துயரம்தான் பிறருக்கு நாம் விளைவிக்கும் துயரத்திற்கான விதையாகிறது. ஆகவேதான் நாம் துயரப்படாமல் நம்மைக் காத்துக் கொண்டால் மற்றவர்களையும் துயரப்படுத்த முற்படமாட்டோம்.

**You give what you get.**
'நீ எதைப் பெற்றாயோ அதையே கொடுப்பாய்'

ஓர் இனம் மற்றோர் இனத்தை அடிமைப்படுத்தி துயரத்தில் ஆழ்த்தும் பொழுது, துயரப்பட்ட இனம் பழிவாங்க வேண்டும் என்ற கொள்கையை தியாகமாக, நியாயமாக நினைத்து அழிவுச் செயலில் ஈடுபடுகிறது. பெற்றோர், சமுதாயம், பொருளாதாரம் போன்ற காரணங்களால் சிறுவயதில் ஒருவன் அதிகமாக துயரப்பட்டிருந்தால் அவன் மனதில் ஹிம்ஸையே (Violence) குடி கொண்டிருக்கும்.

சமுதாயத்திலும் மன்னித்தலின் பெருமையை வலியுறுத்தாமல் பழிக்குப் பழி வாங்குதலை வெற்றியின் சின்னமாகக் காட்டி வருகிறார்கள். பழிக்குப் பழி வாங்குவது என்பதுதான் பல திரைப்படங்களின் மையக்கருத்தாக இருக்கிறது. நான் தாக்கப்பட்டால் 'மீண்டும் அதே தாக்குதலை நான் செய்து முடித்தால் வெற்றி அடைந்தவன்' என்ற எண்ணத்தைப் புறச்சூழ்நிலைகள் விதைத்து வருகின்றன. மன்னித்தல் பலஹீனமாகவும் தாக்குதலுக்கு தாக்குதல் வீரச்செயலாகவும் கருதப்பட்டு வருகிறது. ஒருவர் ஒரு சொல்லால் நம்மைப் புண்படுத்தினால் நாம் அதே அளவுக்கு அவரை

சொல்லால் புண்படுத்தவேண்டும். அப்பொழுதுதான் மனம் ஆறுதல் அடையும் என்ற எண்ண ஓட்டம் ஹிம்ஸைக்குக் காரணமாக இருந்து வருகிறது.

ஒருவன் மற்றவர்களைத் துன்புறுத்தியே வருகிறான் என்றால், அவன் எப்பொழுதாவது அனுபவித்த துயரம் (hurt) ஆழ்ந்த மனதில் குடிகொண்டு மற்றவர்களை அவன் துன்புறுத்தக் காரணமாகிறது. பழிக்குப் பழிவாங்கும் பொழுதுதான் கணக்கு தீர்வதாகவும் மனம் நினைக்கிறது. சமுதாயத்திற்குத் தீங்கு செய்பவன் ஏதோ ஒரு விதத்தில் பாதிக்கப்பட்டவனாக இருப்பான். இப்படிப்பட்டவர்களை அன்பினால் மட்டுமே திருத்த முடியும்.

மற்றவர்களை நாம் பழிவாங்கும் பொழுது உண்மையில் நாம் பலியாகின்றோம்.

## 5. கார்யம் நடப்பதற்காக

நாம் விரும்பிய கார்யத்தை செயல்படுத்த ஹிம்ஸையைக் கையாண்டு வருகிறோம். நமக்குக் கீழ் பணிபுரிபவர்களிடம் ஒரு வேலையைக் கொடுத்து, அதை அவர்கள் தாமதமாக செய்தாலோ அல்லது சரிவரச் செய்யாவிட்டாலோ, அவர்களைக் கடும் சொற்களால் ஹிம்ஸைப் படுத்துவது வழக்கமாக இருக்கிறது. கிராமப் புறங்களில் காளைமாடுகளை வண்டியில் பயன்படுத்தும்பொழுது வேகமாகச் செல்லவேண்டும் என்பதற்காக அடித்து ஹிம்ஸைப்படுத்துகிறார்கள். உணவு உட்கொள்ளுதல் போன்ற விஷயத்தில் குழந்தைகள் பிடிவாதமாக இருந்தால், குழந்தைகள் மனதில் பயத்தை ஏற்படுத்தி கார்யத்தில் ஈடுபடுத்துவார்கள். பயத்தை மனதில் உருவாக்குவதும் பெரிய ஹிம்ஸைதான். இவ்விதம் நாம் விரும்பும் செயலை நிறைவேற்ற ஹிம்ஸையைக் கருவியாகப் பயன்படுத்தி வருகிறோம்.

## 6. கவனமின்மை

பல சமயங்களில் நம்முடைய கவனக்குறைவாலேயே பலர் புண்படுவார்கள். குறிப்பாக நம் சொற்கள் பலரைத் துயரப்படுத்தும்.



துயரப்படுத்த வேண்டும் என்பது நம் நோக்கமாக இருக்காது. இருப்பினும் மற்றவர்கள் துன்பப்பட்டிருப்பார்கள். அதற்குக் காரணம் கவனமின்மை. விளையாட்டாகப் பலர் முன்னிலையில் சில சொற்களைக் கையாளுவோம். அது அவர்கள் மனதைப் புண்படுத்தியிருக்கும். நாம் சொற்களைக் கவனமாகக் கையாள வேண்டும். அவ்விதம் செய்யாத பொழுது அந்தச் சொற்கள் கருத்தைப் பரிமாறும் கருவியாக இல்லாமல் மனதைப் புண்படுத்தும் ஆயுதமாகிவிடுகின்றன.

## 7. பண்பாடு இன்மை

பண்பாடு என்பது சமுதாய ஒழுக்கமுறை (manners). பலர் கூடி இருக்கும் பொழுது நம்முடைய உடை, நடவடிக்கை, பேசும்விதம் போன்ற அனைத்திலும் ஒழுக்கம் தேவை. உடையை தூய்மையாக வைத்திருத்தல், ஒழுங்கான விதத்தில் உடை அணிதல், உடலை தூய்மையாக வைத்திருத்தல், உணவை உட்கொள்ளும் விதம் உட்பட அனைத்திலும் பண்பாடு தேவை. பலர் முன்னிலையில் நாம் பேசும் விதமும் கையாளும் சொற்களும் நாகரீகமானதாக இருக்க வேண்டும். சிறுவன் ஒருவன் தந்தையை இழந்து விட்டான். அவனைப் பார்த்து 'அப்பனைத் தின்னவன்' என்று நாகரீகம் அற்ற விதத்தில் கூறுவதைப் பண்பாடு அற்ற மனிதர்களிடம் பார்க்கலாம். அதுபோலவே, பார்வையற்றவர்களைக் 'குருடன்' என்றும், காதுகேளாதவர்களை 'செவிடன்' என்றும், உடல் ஊனமுற்றவர்களை 'நொண்டி' என்றும் பண்பாடு அற்ற சொற்களைப் பயன்படுத்தி மனதைப் புண்படுத்துதலை நாம் காண்கிறோம். ஒருவருக்கு ஒரு குறை இருந்தால், அந்தக் குறையை சுட்டிக்காட்டி அழைத்தல். பழித்துக்காட்டுதல், குறையையே அவர் பெயராக வைத்தல் போன்ற விதத்தில் ஹிம்ஸை நடந்து கொண்டிருக்கிறது. மற்றவர்களை சிரிக்க வைக்க ஒருவருடைய குறைகளையோ ஒருவரை இழிவுபடுத்தியோ பேசுதல் அவர்களை எவ்வளவுதூரம் புண்படுத்தும் என்பதை அறியாமல் இருப்பவர்கள் பண்பாடு அற்றவர்கள் (uncivilized people).

இவ்விதமாக நாம் மற்றவர்களுக்குக் கொடுக்கும் ஹிம்ஸைக்கான காரணங்களைக் கண்டறியலாம். இங்கு நாம் பொதுவான சில காரணங்களையே பார்த்தோம். சிந்தித்துப் பார்த்தால் நாம் செய்யும் ஹிம்ஸைக்கு இதுபோல மேலும் சில காரணங்களை அறியலாம். அவற்றை நீக்கினால் நாம் மற்றவர்களைத் துன்புறுத்த மாட்டோம். அதன் விளைவு: நாமும் துயருறமாட்டோம்; நம் மனமும் நமக்கு நண்பனாக இயங்கும்.

இனி நாம் ஹிம்ஸையின் விளைவை ஆராய்வோம்.

## ஹிம்ஸையின் விளைவு

தர்ம சாஸ்த்ரத்தின் அடிப்படையில் பார்த்தால் மற்றவர்களுக்கு ஹிம்ஸை செய்வதால் பாபம் என்ற விளைவு ஏற்படுகிறது. அந்தப் பாபத்தின் விளைவு துயரம். உடலால் செய்யும் பாபம் உடலை பாதிக்கிறது. சொல்லால் செய்யும் பாபம், மற்றவர்களது சொல்லால் நமக்கு பாதிப்பை ஏற்படுத்துகிறது. மனதால் செய்யும் பாபம் மனதை பாதிக்கிறது.

நாம் மற்றவர்களுக்குக் கொடுக்கும் துயரம் மீண்டும் நம்மையே வந்தடைகிறது. ஆகவே நாம் துயரப்படாமல் இருக்க வேண்டுமென்றால், நாம் மற்றவர்களையும் துயரப்படுத்தக் கூடாது.

நாம் மற்றவர்களுக்குச் செய்யும் நன்மை புண்யம் என்ற பலனையும், நாம் மற்றவர்களுக்குச் செய்யும் தீமை பாபம் என்ற பலனையும் கொடுக்கிறது. புண்யம் நமக்கு இன்பத்தையும் ஆன்மீக வாழ்வில் முன்னேற்றத்தையும் தருகிறது. பாபம் துன்பத்தையும் வாழ்வில் தடைகளையும் கொடுத்து, நம்மை எவ்வித முன்னேற்றமும் இன்றி கீழ் நிலையிலேயே வைத்திருக்கிறது. இவ்விதம் தர்ம சாஸ்த்ரம் கூறுகிறது.

அனுபவரீதியாகப் பார்த்தாலும் யாரை நாம் துயரப்படுத்தினோமோ, அவரிடத்தில் நமக்குப் பகைமை ஏற்படுகிறது. அவரும் நம்மைத் துயருறுத்த சந்தர்ப்பத்தை எதிர்பார்த்துக் கொண்டிருப்பார். நம்மைச் சுற்றி உள்ளவர்களை நாம் பகைவர்களாக்கிக் கொண்டால் நம் மனதில் பயத்தைத் தவிர வேறு என்ன இருக்கும்!



மேலும், நாம் ஒருவரை வெறுக்கும் பொழுதும் துயரப்படுத்தும் பொழுதும் நம் மனதில் அமைதியின்மைதான் இருக்கும். நாமும் ஏதோ ஒரு விதத்தில் துயரப்படுவோம். துயரப்பட்ட மனம் அமைதியற்ற மனமாகின்றது. அந்த அமைதியற்ற மனம் நம் ஆன்மீக பயிற்சிக்கு உகந்த கருவியாக விளங்காது.

நாம் ஹிம்ஸை செய்து கொண்டே இருந்துவந்தால் நம் மனம் மென்மைத் தன்மையை இழந்து விடும். மென்மையற்ற மனம் சில நுண்ணிய உண்மையை உணராது. மன வளர்ச்சி என்பது மனதை உறுதியாகவும் மென்மையாகவும் ஆக்குவதுதான். இவ்வித மன வளர்ச்சி ஹிம்ஸையைப் பின்பற்றுவதால் கிடைக்காது. இது மன வளர்ச்சியை அடைந்தவர்கள் தங்களது அனுபவத்தில் கண்டறிந்த பேருண்மை.

## அஹிம்ஸையைப் பின்பற்ற வழிமுறைகள்

அஹிம்ஸை என்ற பண்பைப் பின்பற்ற மற்ற சில பண்புகளின் துணை தேவை. எவ்விதம் த்யானம் கைகூடவேண்டுமானால் உணவு, உறக்கம், உழைப்பு போன்ற விஷயத்தில் கட்டுப்பாடு தேவைப்படுகிறதோ, அதுபோல்தான் அஹிம்ஸை விஷயத்திலும். அஹிம்ஸையைப் பின்பற்ற பல வழிமுறைகள் உள்ளன. அதில் 1. ஸங்கல்பம், 2. வெறுப்பை நீக்குதல், 3. கோபத்தை விடுதல், 4. பொறாமையை நீக்குதல், 5. மன்னித்தல், 6. நா காத்தல், 7. கருணை, 8. தீண்டாமை ஒழித்தல், 9. புலால் மறுத்தல், 10. தன்னைக் காத்தல், 11. ப்ரார்த்தனை, 12. ஞானம் போன்ற வழிமுறைகளைப் பற்றிச் சுருக்கமாகப் பார்ப்போம்.

### 1. ஸங்கல்பம்

எந்த ஒரு நற்பண்பை நம் வசம் ஆக்கவேண்டும் என்றாலும் முதலில் அந்தப் பண்பை அடைந்தே ஆகவேண்டும் என்ற உறுதியை மனதில் எடுத்துக் கொள்ளவேண்டும். அப்பண்பு லக்ஷியமாக வேண்டும். எது லக்ஷியமாக உள்ளதோ, அதைப் பற்றிய

சிந்தனை எப்பொழுதும் மனதில் இருக்கும். ஒன்றைப் பற்றியே மனதில் நினைக்க வேண்டும் என்றால் அது நமது இலக்காக வேண்டும். ஸங்கல்பம் என்பது, ஒரே விஷயத்தை மனதில் தொடர்ந்து நினைத்துக் கொண்டு இருத்தல். அஹிம்ஸை என்ற பண்பைப் பின்பற்றவேண்டும் என்பது நமது குறிக்கோளாக மாறும் பொழுது அதைப்பற்றிய எண்ண ஓட்டங்கள் மனதில் ஓடிக்கொண்டே இருக்கும். எதைப்பற்றி மனம் எண்ணிக் கொண்டே உள்ளதோ, அதை விரைவில் நாம் அடைந்துவிடுவோம். அதை அடைய மனமே வழிகளைத் தேடி நம்மை செயலில் ஈடுபடுத்தும். சிறுதுளி பெருவெள்ளம் என்பது போல் ஒரே பொருளைத் தொடர்ந்து நினைக்கும் பொழுது அது உறுதியை அடைகிறது. அந்த உறுதியே நம்மை செயலில் ஈடுபடுத்தும்; தடைகள் எதுவாகினும் தகர்த்து விடும். அஹிம்ஸையைப் பின்பற்றவேண்டும் என்ற உறுதி வரவேண்டுமானால் அஹிம்ஸையின் தேவையையும் மேன்மையையும் அறிவுபூர்வமாக உணரவேண்டும்.

### What you do to others, you do to yourself

நீ மற்றவர்களுக்கு எதை செய்கிறாயோ அதையே நீ உனக்கும் செய்துகொள்கிறாய்.

மற்றவர்க்குக் கேடு செய்தால் உண்மையில் நமக்கு நாமே கேடு செய்துகொள்கிறோம். மற்றவர்களைத் துன்புறுத்தினால் நம்மை நாமே துன்புறுத்திக்கொள்கிறோம். மற்றவர்களை நேசிக்கும் பொழுது நாம் நம்மையே நேசிக்கிறோம். ஒருவர் மீது அன்பு பிறக்கும் பொழுது நமது மனதில் மகிழ்ச்சியையும், வெறுப்பு பிறக்கும் பொழுது மனதில் சங்கடத்தையும் (irritation) அனுபவிக்கிறோம். அதாவது, மற்றவர்கள் மீது நாம் செலுத்தும் உணர்வை, முதலில் – நம்மையும் அறியாமலேயே – நம்மீது செலுத்திக் கொள்கிறோம்; பின்னர்தான் அது மற்றவர்களை அடைகிறது. ஆகவே நாம் துன்புறக் கூடாது என்றால், மற்றவர்களையும் துன்புறுத்தக் கூடாது. இந்த உண்மையை உணர்ந்தால், அஹிம்ஸை நமது லக்ஷியமாக மாறிவிடும். எந்தப் பண்பை அடைய வேண்டுமானாலும் ஸங்கல்பம் அவசியம். ஆகவே



அஹிம்ஸையைப் பின்பற்ற முதல் வழி: அஹிம்ஸை நமது இலக்காக மாறி, அஹிம்ஸையைப் பின்பற்ற வேண்டும் என்ற எண்ண ஓட்டத்தை மனதில் தொடரச் செய்வதே.

## 2. வெறுப்பை நீக்குதல்

மனதில் உள்ள வெறுப்பு நீக்கப்படும் பொழுது ஹிம்ஸையிலிருந்து விலக முடியும். பொதுவாக, யார் தவறுசெய்கிறார்களோ, நம்மைத் துன்பப்படுத்துகிறார்களோ, அல்லது நாம் விரும்புபவர்களைத் துன்பப்படுத்துகிறார்களோ, அவர்கள் மீது நமக்கு வெறுப்புணர்வு ஏற்படும். இங்கு நுண்ணிய கருத்து ஒன்றை உணரவேண்டும். நாம் ஒருவருடைய தவறான செயலை, தவறான குணத்தை வெறுக்கலாம்; ஆனால் அவரை அல்ல. அவன் வேறு; அவன் செயல், குணம் வேறு. வில்லனாக நடிப்பவரை நாம் வெறுப்பதில்லை; அவரிடமிருந்து வருகின்ற செயலை, அவரிடம் இருக்கும் குணத்தையே வெறுப்போம். ஆகவே மனிதன் வேறு; அவனிடமிருந்து வரும் செயல் வேறு. இதை உணர்ந்தால் யாரும் வெறுப்புக்குரியவர் அல்ல என்பது விளங்கும். தீய செயல்கள் உள்ளவர்களிடமிருந்து விலகி இருப்பது நன்று.

தீமை வேறு; தீயவர் வேறு. யாரும் தீயவர் அல்ல. அவரும் மாறலாம் அல்லவா! உண்மையில் தீயவர் என்று யாரும் இல்லை; தீமைதான் உண்டு. ஆகவே, தீமை செய்பவர்களை வெறுக்க வேண்டியதில்லை. தீய குணமும் தீய செயலும் உடையவனை மனநோயாளியாகப் பார்க்க வேண்டும். நோயாளியை வெறுக்க வேண்டியதில்லை. கொடுக்க வேண்டிய சிகிச்சையைத்தான் கொடுக்கவேண்டும். அப்படிக் கொடுக்கும் சிகிச்சை - அதாவது தண்டனை - அவர்களுக்குத் துன்பத்தைக் கொடுத்தாலும் அது ஹிம்ஸை ஆகாது. ஆனால் நம் மனதில் வெறுப்பை வளர்த்தால், அது நமக்கும் ஹிம்ஸை; மற்றவர்களுக்கும் ஹிம்ஸை. ஆரம்பகாலத்தில் நாம் தீமையை வெறுக்கலாம்; எப்பொழுதும் மனிதர்களை வெறுக்க வேண்டியதில்லை. நாம் மனப்பக்குவம் அடையும் பொழுது எதையும் வெறுக்க மாட்டோம். இவ்விதமாக மனதில் உள்ள வெறுப்பை

நீக்க நீக்க, நாம் ஹிம்ஸையிலிருந்தும் விடுபடுவோம்.

## 3. கோபத்தை விடுதல்

அஹிம்ஸையைப் பின்பற்றுவது கடினம் என்பது கோபத்தை விடவேண்டும் என்று கூறுவதிலிருந்தே விளங்கும். ஒருவரிடம் கோபப்படாதீர்கள் என்று ஐந்துமுறை கூறினால் அவருக்குக் கோபம் வந்துவிடும். அவ்விதம் பலருக்குக் கோபம் இயற்கையாகவே அமைந்துள்ளது. அஹிம்ஸை என்ற பண்பை அடைய கோபத்தைத் தவிர்த்துத்தான் ஆகவேண்டும். அஹிம்ஸை என்ற ஒன்றைப் பற்றினால் மற்ற பண்புகளும் சேர்ந்து வரும் என்று பார்த்தோம். முயற்சி செய்தால் முடியாதது எதுவும் இல்லை. கோபப்படும் பழக்கத்தைக் குறைத்து வரவர ஹிம்ஸையிலிருந்தும் விடுதலை கிடைக்கும். கோபம் என்பது அமிலத்தைப்போல. அமிலம் முதலில் தான் இருக்கும் பாத்திரத்தை அழித்து, பின்னர் அதற்குள் நாம் எதை விடுகிறோமோ அதையும் அழிக்கிறது. அதுபோலவே கோபம், முதலில் கோபப்படுபவரை ஹிம்ஸித்து, பிறகு யார் மீது கோபப்படுகிறோமோ அவர்களையும் ஹிம்ஸிக்கிறது. கோபம் ‘சேர்ந்தாரைக் கொல்லி’ என்று கூறுவர். கட்டை தானும் எரிந்து, உடனிருப்பதையும் எரிப்பதுபோல, கோபவசப்படும் நேரத்தில், நாம் யாரிடம் பற்று வைத்துள்ளோமோ, அவர்களையும் துன்புறுத்தி பிறகு நாமும் துயரப்படுகிறோம். குற்ற உணர்வு, பகைமை, பாபம், ஹிம்ஸை போன்றவற்றுக்குக் காரணமாக உள்ள கோபத்தை விட்டுவிடப் பழகவேண்டும்.

## 4. பொறாமையை நீக்குதல்

பிறர் உயர்வில் மகிழும் மனம் தெய்வீகமாகிறது. நம்மிடம் இருப்பதைக் கொண்டு நிறைவை அடைந்து பழகவேண்டும். போதும் என்ற மனமே பொன் செய்யும் மருந்து என்பர். ஒருவன் தன்னிடமுள்ள பொறாமையை நீக்கினால்தான் அவன் பாபச்செயலிலிருந்து விடுபட முடியும். அவரவர் உழைப்புக்கும் கர்ம வினைக்கும் ஏற்றாற் போல வாழ்க்கை வசதி அமைகிறது. சிலவகை செல்வம் நம்மிடம் உண்டு. வேறு சிலவகை செல்வம் பிறரிடம் உண்டு. பொருள், அறிவு, அழகு, விதவிதமான கலைத்திறன் போன்ற எல்லா செல்வங்களும் ஒருவரிடம் நிறைந்து இருப்பதில்லை. நம்மிடம் இருப்பதை நாம் மதித்தும் மகிழ்ந்தும் பழகவேண்டும். நம்மை சுற்றி இருப்பவர்களுடன் ஒப்பிட்டுப் பார்க்கும் பழக்கத்தை நாம் கைவிடவேண்டும். ஒப்பிட்டுப்பார்ப்பதால் தான் பொறாமை வளர்கிறது. நம்மிடம் பெருந்தன்மை வளர்ந்தால் மற்றவர்களிடம் இருப்பதைப் பார்த்துப் போற்றுவோம். எந்தப் பொருளை அடைவதற்கான தகுதி நம்மிடம் உள்ளதோ, அந்தப் பொருளை இறைவன் நமக்குக் கொடுத்துள்ளான். எதை அடைய நமக்குத் தகுதி இல்லையோ, அதை இறைவன் மறுத்துள்ளான். தகுதியற்ற ஒன்று நமக்குக் கிடைத்தால், அதனால் நமக்கு அழிவு வருமே தவிர, உயர்வு வராது. ஆகவேதான் உபநிஷத்தில் பொருளை வேண்டி ப்ரார்த்தனை செய்யும் பொழுது



ததோ மே ச்ரியம் ஆவஹ

(போதிய மனப்பக்குவத்தை அடைந்த) பிறகு எனக்கு செல்வத்தை கொடு

என்று வேண்டப்படுகிறது. தேவையான பக்குவம் இல்லாதபோது பணம், பதவி, புகழ் போன்றவை வந்தால் அவை மிகவும் விரைவில் நம்மை அழித்து விடும். இறைவன் சில செல்வங்களை நமக்குக் கொடுக்காமல் நம்மைக் காப்பாற்றி உள்ளான் என்ற ரகசியத்தை உணர வேண்டும். ஆகவேதான் ஒரு நன்றி கூறும் (Thanks giving) ப்ரார்த்தனை இவ்விதம் அமைந்துள்ளது:

**இறைவா நீ எனக்கு எதைக் கொடுத்தாயோ, அதற்காக உனக்கு ஒரு முறை நன்றி.**
**இறைவா நீ எனக்கு எதைக் கொடுக்க மறுத்தாயோ, அதற்காக உனக்குப் பல முறை நன்றி.**

அருட்செல்வத்தைப் பெற சில பொருட்செல்வங்கள் இல்லாதது வரம்தானே!

எச்செல்வம் நம்மிடம் இல்லையோ, அது நல்லதே என உணர்ந்தால் பொறாமைக்கும் ஏக்கத்திற்கும் இடம் ஏது!

பகவான் ஸ்ரீ ராமகிருஷ்ண பரமஹம்சருக்குத் தொண்டையில் புற்று நோய் ஏற்பட்டதன் காரணமாக அவரால் உணவு உட்கொள்ள முடியவில்லை. அதனால் அவரைப் பலர் பரிதாபமாகப் பார்த்தனர். ஆனால் அவரோ அனைத்து ஜீவராசிகளுக்குள்ளும் நானே இருக்கிறேன் என்ற ஞானத்தில் நிலைபெற்று இருந்ததால் எல்லா ஜீவராசிகளும் உணவு உண்பதை, தான் உண்பதாக நினைத்து மகிழ்ச்சியில் திளைத்திருந்தார்.

சாப்பிட முடியாத நோயாளி ஒருவருக்கு முன்னால், எவராவது விதவிதமான உணவைச் சாப்பிட்டால், சாப்பிடுகிறவரைப் பொறாமையோடு பார்ப்பதே நோயாளியின் இயல்பு. ஆனால் பரமஹம்சர் போன்றவர்கள் எல்லா ஜீவராசிகளிலும் தன்னைக் கண்ட ஞானப் பெருநிலை வாய்த்தவர்கள். அந்நிலையில் பிறர்மீது பொறாமை ஏற்படாது. ஏனென்றால் அங்கே பிறரென்று ஒருவரும் கிடையாது.

பொறாமையை சரியான சிந்தனையினால் நீக்கப் பயில வேண்டும். பொறாமை மனதில் நீங்க நீங்க நாமும் மகிழ்ந்திருக்கலாம்; நம்மைச் சார்ந்தவர்களும் மகிழ்ந்திருப்பார்கள்.

## 5. மன்னித்தல்

நமக்குத் துயரத்தைக் கொடுத்தவருக்கு நாம் துயரத்தைத் திருப்பிக் கொடுத்து வருவது பழக்கமாக உள்ளது. பழிவாங்கும் நோக்கம் ஹிம்ஸைக்கு முக்கிய காரணமாக இருந்து வருகிறது. நம்மைத் துன்புறுத்தியவர்களை மன்னித்துப் பழகினால் ஹிம்ஸையை நாம் விடமுடியும். மன்னித்தலை பலஹீனமாகவும் கோழைத்தனமாகவும் கருதுவது தவறு. மன்னிப்பதற்குத்தான் பலம் அதிகம் தேவை. மன்னித்தலே உண்மையான வெற்றி. மன்னிக்கும்பொழுது முதலில் பலன் அடைவது நாம்தான். நம் மனதில் வெறுப்பு, பகைமை, கோபம் போன்ற உணர்வுகள் நீங்கி மனதில் அமைதி கிடைக்கிறது. நமக்கு ஒருவர் தீங்கு செய்துள்ளார். அவரை மன்னியுங்கள் என்பது, 'அவர் செய்தது சரி' என்று



அங்கீகாரம் கொடுப்பது அல்ல. அவர் செய்தது தவறுதான். அதற்குரிய தண்டனையை அவர் அனுபவித்துத்தான் ஆகவேண்டும். அது இயற்கையின் நியதி.

நாம் பழி வாங்கும் பொழுது இரண்டுவிதத்தில் நாமே பாதிக்கப்படுகிறோம். அவர் நமக்குத் தீங்கு செய்யும் பொழுது வருவது முதல் பாதிப்பு. அவருக்கு நாம் மீண்டும் தீங்கு செய்யும் பொழுது அவர் செய்த தவறை நாமும் செய்து பாபத்தையும் சங்கடத்தையும் அடைவது நமக்கு வரும் இரண்டாவது பாதிப்பு.

நம்மிடம் திருடியவனை நாமே தாக்கிக் கொன்றுவிட்டால் பாதிப்பு நமக்கே வரும். காவல் அதிகாரி கொன்றுவிட்டால் அது அதர்மமாகாது. ஆகவே மன்னித்தல் நமக்கு முதலில் நன்மையைக் கொடுக்கிறது. தவறு செய்பவருக்கு உரிய விதத்தில் தண்டனை கொடுத்தல், தர்மமாகும். தண்டிக்கும் சமயத்திலும் மனதளவில் மன்னித்தல் என்ற பண்பைப் பின்பற்றவேண்டும். நாம் செய்கின்ற தவறைப் பிறர் மன்னித்தால் அது நமக்கு எவ்விதம் இதமாக இருக்குமோ அதுபோலவே, நாம் மன்னிக்கும் பொழுது மற்றவரும் மகிழ்கிறார்; நாமும் மகிழ்கிறோம். ஒருவர் நமக்கு ஹிம்ஸை செய்கிறார் எனில், அவரிடம் உள்ள அறியாமை, இயலாமை, புண்பட்ட மனம் போன்ற தன்மைகளை நாம் பார்த்தால் அவரை நம்மால் மன்னிக்க முடியும். இவ்வுலகம் நமக்குக் கொடுக்கும் துயரங்களை மனதில் ஏற்றி ஏற்றி வைப்பதால் மனதில் பளு கூடிக் கொண்டே செல்கிறது. மனப் பளு நீங்க வேண்டுமானால், மன்னித்துப் பழக வேண்டும். மன்னித்துப் பாருங்கள்! உங்கள் மனம் அமைதியில் மிதப்பதை உணர்வீர்கள்.

ஆரம்ப நிலையில், மன்னித்தல் ஒரு தியாகமாகத் தெரியும். உண்மையில் நாம் சுமத்திய குற்றத்தை (Blame) சரிசெய்வதே மன்னித்தல். அவர் நமக்குக் கஷ்டத்தைக் கொடுத்தார் என்று நாம் ஒருவர் மீது பழி சுமத்தியுள்ளோம். அந்தப் பழிக்குப் பரிகாரம்தான் மன்னிப்பு. யாரும் யாரையும் துன்புறுத்தி விடமுடியாது. நம் அறியாமையாலும், இயலாமையாலும், நம் மனதில் போதிய பக்குவம்

இல்லாததாலும் சிலரைக் காரணம் காட்டி துயரப்பட்டுள்ளோம். நம் மனம் பண்பட்டுவிட்டால் நம்மைப் புண்படுத்த யாருக்குத் திறன் உண்டு! நாம் புண்படுகிறோம் என்றால் குறை நம் மனதில்தானே! மன்னித்தல் என்பது நாம் சுமத்திய குற்றத்தை விலக்கிக் கொள்வதே. இக்கருத்து ஆரம்ப நிலையில் விளங்காமல் இருப்பினும், மன்னித்தலை ஒரு தியாகமாக எண்ணியாவது நாம் கடைப்பிடிப்போம்; மனப் பளுவை இறக்குவோம்; ஹிம்ஸையை விடுவோம்.

## 6. நா காத்தல்

வாக்கைக் கட்டுப்படுத்துதல். நம்மிடம் இருந்து வரும் சொற்களை முறைப்படுத்துதல். அதிகமாக நாம் துன்புறுவதும் மற்றவர்கள் துன்புறுவதும் சொல்லால்தான். சொல் ஆயுதமாகப் பயன்படுத்தப்பட்டு வருகிறது. நாவினால் சுட்டவடு (காயம்) ஆறாது என்பர். சொல்லால்தான் ஹிம்ஸை அதிக அளவில் நடக்கிறது. சொல்லில் கட்டுப்பாட்டை அடையும் பொழுது பெருமளவு ஹிம்ஸை குறைகிறது. எதார்த்தமாக இருக்கிறேன் என்ற எண்ணத்தில் மனதில் தோன்றியதை எல்லாம் பேசும் பொழுது பலரை நம் பேச்சு துயரப்படுத்துகிறது. சொல் என்பது கூர்மையான ஆயுதம் போல. ஆயுதத்தால் தாக்கப்பட்டவர்களுக்கு அதன் வலி தெரியும். நம்மிடமிருந்து செல்லும் சொற்கள் கவனிக்கப்படாமல் இருந்தால் பலர் பலியாவார்கள்.

நான் உண்மையைத்தானே சொல்கிறேன் என்று சிலர் நினைக்கலாம். அந்த உண்மையை மென்மையாகக் கூறவேண்டும். உண்மையில் மென்மை இல்லை எனில் உண்மையின் மதிப்பு குறைகிறது. ஒருவரது தவறைச் சுட்டிக்காட்டும்போது, நம்மிடம் உண்மையிருந்தும், சுட்டிக்காட்டும் விதத்தில் மென்மை இல்லை எனில், நன்மைக்கு பதிலாக தீமைதான் விளையும். மற்றவர் மனம் ஏற்றுக்கொள்ளும் விதத்தில் உண்மையை மென்மையாகச் சொல்லிப் பழகவேண்டும். சில உண்மைகளை ஜீரணிக்கும் சக்தி ஒருவரிடம் இல்லை எனில், அந்த உண்மையை மறைப்பதும் அஹிம்ஸையே – டாக்டர் நோயாளியின் மனநிலையை அறிந்து நோயின் நிலையை



எடுத்துக் கூறுவதுபோல. எல்லோருமே பேச விரும்புகிறார்கள்; கேட்பவர்கள் மிகக் குறைவு. கேட்கக் கேட்க அறிவும் மனப்பக்குவமும் வளரும். பேசப் பேச அறிவும் மனோபலமும் குறையும். நாம் அதிகமாகப் பேசாமல் இருத்தலே அஹிம்ஸை. நாம் மௌனமாக இருக்கும்போது நம் பேச்சைக் கேட்கவேண்டிய கஷ்டம் மற்றவர்களுக்கு இல்லை. மௌனமாக இருக்கும் நேரங்களில் பலர் நம்முடைய சொல் அம்புகளில் இருந்து தப்பித்துக் கொள்கிறார்கள். ஆகவே மௌனம் அஹிம்ஸையாகிறது. மௌனவ்ரதம் பெரும் தவம் எனப்படுகிறது.

பெரும்பாலும் பல உறவுகள் முறிவதற்குக் காரணம் கவனமில்லாமல் சொற்களைப் பயன்படுத்துவதுதான். நாக்கு நமக்குக் கட்டுப்பட்டுவிட்டால் நம் சொல் அம்புகளிலிருந்து நம்மிடம் வருபவர்கள் காக்கப்படுகிறார்கள். தன்னடக்கம் உள்ளவர்களால் தான் அஹிம்ஸையைப் பின்பற்ற முடியும் என்று சங்கரர் கூறுகிறார். சொல் மட்டுமல்ல, ஏனைய புலன்களும் அடக்கப்படவேண்டும். அப்பொழுதுதான் அஹிம்ஸையைப் பின்பற்றமுடியும். நம் பார்வை மற்றவர்களைப் புண்படுத்தலாம். மற்றவர்களைப் பழித்துக் காட்டுதல், பொருள்களை வீசி எறிதல் போன்ற தவறுகள் புலன் அடக்கம் இல்லாமையின் விளைவு. நம் நாவைக் காப்பதன் மூலம் நாம் நம்மையும் காப்போம்; மற்றவர்களையும் காப்போம்; அனைவரையும் காக்க மௌனமாக இருந்து பழகுவோம்.

## 7. கருணை

மனதில் கருணையும் அன்பும் வளரும் பொழுது ஹிம்ஸை மறைகிறது. கருணை என்பது மற்ற உயிரிடம் பிறக்கும் ஒருவிதமான அன்பு கலந்த உணர்வு. வாடிய பயிரைக் கண்டபோதெல்லாம் வாடினேன் என்று வள்ளலார் கூறுவதிலிருந்து அவர் மனம் எவ்வளவு மென்மையானது என்பது விளங்குகிறது. துயரப்படுபவர் மீது தோன்றும் உணர்வு கருணை. அவர்கள் அவ்விதம் தான் துயரப்படவேண்டும், அவர்கள் பாபத்தின் பலனை அனுபவிக்கட்டும், அவர்களுக்கு இது வேண்டியதுதான் போன்ற எண்ணங்களை விட்டு

கருணை என்ற உணர்வு ஏற்படவேண்டும். இவ்வுணர்வு மனதளவில் மற்றவர்களுக்கு சாபம் கொடுத்தல், தீங்கு நினைத்தல் போன்ற பாப சிந்தனையிலிருந்து நம்மைக் காக்கும். 'உலகம் வெறும் தோற்றம், மாயை' – இது போன்ற வேதாந்த உபதேசம் நம் மனதில் உள்ள கருணையை நீக்குவதற்கு அல்ல. வேதாந்தம் புரியவேண்டுமென்றால் மனதில் அன்பும் கருணையும் குடி கொண்டிருக்க வேண்டும். அப்படிப்பட்ட மனதில்தான் தியாகம், போகத்தில் பற்றின்மையான வைராக்கியம் போன்ற குணங்கள் ஏற்பட்டு, அறிவு கூர்மையாகி, மிக நுண்ணிய விஷயத்தைப் புரிந்து கொள்ளும் சக்தி கிடைக்கிறது. பற்றின்மையை அடைதல் என்பது மனதில் கருணை, அன்பு இவற்றை விடுதல் அல்ல. வேதாந்தத்தின் முக்கிய உபதேசமே எல்லா ஜீவராசிகளிடத்திலும் உன்னையே நீ பார்க்க வேண்டும் என்பதே. மனதில் கருணை இருந்தால்தான் பிறரது துயரத்தைத் தனது துயரமாகக் கருத முடியும். எனக்கு எது ஆகாதோ, அது மற்றவர்களுக்கும் ஆகாது. மற்ற உயிர்களுக்கு வரும் துயரத்தைத் தனக்குவரும் துயரம் போலல்லவா நாம் உணரவேண்டும்!

அழுகிப்போன, கெட்டுப்போன உணவுவகைகள் நம் உடலுக்கு ஆகாது என்றால் எல்லா உடலுக்கும் ஆகாதுதான். அதை நம் வீட்டில் வேலை செய்யும் ஏழை மனிதர்களுக்குக் கொடுத்தல் ஹிம்ஸை ஆகிறது. நமக்கு நாம் எதை செய்வோமோ, அதையே மற்றவர்களுக்கும் செய்யவேண்டும். இவ்விதம் நாம் நடந்து கொள்ள கருணையையும் அன்பையும் நம்முள் வளர்க்க வேண்டும்.

## 8. தீண்டாமை ஒழித்தல்

மனித இனத்தைப் பிடித்து இருக்கும் கொடிய நோய் தீண்டாமை. எல்லா உடலும் பஞ்ச பூதங்களின் சேர்க்கை; உணவினால் ஆனது; உணவால் காக்கப்படுவது; உணவாகவே ஆகப் போவது. இதில் ஜாதி என்ற ஒரு கற்பனையான வேற்றுமையை உருவாக்கி ஒருவனைத் தீண்டத்தகாதவன் என ஒதுக்கி வைத்தல் ஹிம்ஸை ஆகிறது. குணத்தின் அடிப்படையில் ஒருவனைக் கீழானவன் என்று கூறினால் அதில் நியாயம் இருக்கிறது எனலாம். கற்பனையில் தோன்றிய



ஜாதியின் அடிப்படையில் ஒருவரைக் கீழ்மைப்படுத்துவது ஹிம்ஸை. ஆகவே அஹிம்ஸையைப் பின்பற்ற, ஜாதிப்பற்றை நீக்கி, தீண்டாமை என்ற நோயிலிருந்து விடுபடவேண்டும்.

## 9. புலால் மறுத்தல்

அசைவ உணவைத் தவிர்த்தல் அஹிம்ஸை ஆகிறது. மனித உடலை வளர்க்க மிருக உடல்களைக் கொல்லுதல் ஹிம்ஸையாகிறது. இங்கு சந்தேகம் ஒன்று தோன்றலாம். சைவ உணவை உட்கொள்ளும் பொழுதும் செடி, கொடிகள், காய், கனிகள் போன்ற தாவரங்களின் உடல்கள் அழிக்கப்படுகின்றன. தாவரங்களும் உயிரினங்கள்தான். கொல்லாமை நிகழவில்லை. அப்படியிருக்க மிருக உடல்களைக் கொல்லுதல் மட்டும் எப்படி ஹிம்ஸை ஆகும்?

சில சமயங்களில் நம் வாழ்வில் இரண்டு கஷ்டங்களில் ஏதோ ஒரு கஷ்டத்தைத் தேர்ந்தெடுக்க வேண்டிய கட்டாயம் ஏற்படுகிறது. அதில் நாம் எந்தக் கஷ்டம் குறைவாக உள்ளதோ அதையே தேர்ந்தெடுப்போம். நோயினால் உடல் பாதிப்பை அடையும் பொழுது சில மருந்தை எடுத்துக் கொண்டு குணப்படுத்தவேண்டிய சூழ்நிலை. மருந்தை உட்கொள்ளாவிடில் பாதிப்பு அதிகம். மருந்தை உட்கொண்டால் பின்விளைவு (side effect) மூலம் பாதிப்பு. இதில் நாம் பின்விளைவு என்ற பாதிப்பைத் தேர்ந்தெடுக்கிறோம். இல்லாவிடில் பாதிப்பு அதிகமாகும். அதுபோல தாவரங்களின் உடலை உட்கொள்வதால் தாவரங்களுக்கு ஏற்படும் ஹிம்ஸையை விட மிருகங்களைக் கொல்வதால் அவைகளுக்கு ஏற்படும் ஹிம்ஸை அதிகமாகிறது. மிருகங்கள் கொலை செய்யப்படும் பொழுது அதிக துயரத்தை அடைகின்றன. தாவரங்கள் விஷயத்தில் அவ்விதம் இல்லை. ஆகவே இரண்டு ஹிம்ஸைக்குள் குறைவான ஹிம்ஸையைத் தேர்ந்தெடுப்பது அஹிம்ஸை ஆகும். மிருகங்கள் வருந்துவதைப் பார்க்கிறோம். தாவரங்கள் அந்த அளவு துயரப்படுவதில்லை.

மனிதர்களுக்கும் மிருகங்களுக்கும் மெய், வாய், கண், மூக்கு, செவி என ஐந்து புலன்கள் இருக்கின்றன. பாம்பு போன்ற உயிரினங்களுக்கு நான்கு புலன்கள். அதுபோல மூன்று, இரண்டு,

புலன்களை உடைய உயிரினங்களும் உண்டு. தாவரங்களுக்கு ஒரே ஒரு புலன். புலன்கள் அதிகரிக்க அதிகரிக்க இன்ப துன்பங்களும் அதிகரிக்கிறது. ஒரே ஒரு புலனை உடைய தாவரங்களை உணவாகப் பயன்படுத்தும் பொழுது. அதற்குத் துயரம் குறைவு. மனிதனைப்போல ஐந்து புலனையும் கொண்ட மிருகங்களுடைய உடலை உணவாக்கும் பொழுது அதற்குத் துயரம் அதிகம்.

மேலும் மனித உடல் சைவ உணவால் நன்கு வாழ முடியும். சைவ உணவைக் கொண்டே வாழ வாய்ப்பு இருக்கும் பொழுது அந்த வாய்ப்பைப் பயன்படுத்துவது அஹிம்ஸை. புலி, சிங்கம் போன்ற மிருகங்களுக்கு சைவ உணவை உண்ணும் வாய்ப்பு கொடுக்கப் படவில்லை. வனவிலங்குகள் அசைவ உணவால் பாபத்தைச் சேர்ப்பதில்லை.

ஆடு, மாடு போன்றவை சைவ உணவை மட்டும் உட்கொள்ளும் விதத்தில் அமைக்கப்பட்டுள்ளன. அதனால் அவைகளுக்குப் புண்ணியமும் இல்லை. ஆடுமாடுகள் சைவத்தைத் தேர்ந்தெடுக்கவில்லை. ஆனால் மனிதனுக்கு பாப புண்ணியம் செய்ய வாய்ப்பு (choice) கொடுக்கப்பட்டுள்ளது. பாபத்தைத் தவிர்ப்பது அஹிம்ஸை தானே. ஆகவே புலால் உணவைத் தவிர்த்து அஹிம்ஸையைக் கடைப்பிடிக்க முயல்வது நன்று.

## 10. தன்னைக் காத்தல்

நாம் முதலில் தர்ம நெறியில் இருக்கப் பழக வேண்டும். தர்மப்படி வாழும் நம்மை ஒருவர் அதர்மமான முறையில் துன்புறுத்த முயன்றால் அதிலிருந்து நம்மை நாம் காத்துக்கொள்வதும் அஹிம்ஸையே. நம்மை நாம் காப்பது என்பது சுயநலம் அல்ல. அதுவும் தர்மத்தைக் காப்பதேயாகும்.

பலர் அறிந்த கதை இது. பாம்பு ஒன்று பலரைத் துன்புறுத்தி வந்தது. மஹான் ஒருவர் பாம்புக்கு அஹிம்ஸையை போதித்து, இனி யாரையும் துன்புறுத்தாதே என்று கூறி சென்றுவிட்டார். பாம்பின் அமைதியைப் பார்த்த சிறுவர்கள் அதைக் கல்லால் அடித்து



விளையாட ஆரம்பித்து விட்டனர். மஹான் பாம்பை மீண்டும் பார்க்கும்பொழுது அது அடிபட்டு துயரத்தின் எல்லையில் இருந்தது. இந்நிலை ஏன் வந்தது என அவர் வினவினார். உங்கள் அஹிம்ஸா உபதேசத்தால் என்றது பாம்பு. மஹான் கூறினார்: துன்புறுத்த வேண்டாம் என்றுதானே உன்னிடம் கூறினேன். உன் சீற்றத்தை விட்டுவிடு என்று கூறவில்லையே. அடுத்த முறை பாம்பிடம் சீற்றத்தைக் கண்ட சிறுவர்கள் யாரும் அதை நெருங்கவில்லை.

‘அனைவரையும் துன்புறுத்தாதே’ என்ற வேதவாக்கில் அனைவரும் என்ற சொல்லில் நாமும் அடங்குகிறோம். யாரும் நம்மைத் தாக்காத வண்ணம் நம்மை நாம் பாதுகாத்துக்கொள்வதும் மற்றவர்களைப் பாதுகாப்பதுபோல் அஹிம்ஸையே.

## 11. ப்ரார்த்தனை

ப்ரார்த்தனை என்றால் இறைவனிடம் வேண்டுதல்; அஹிம்ஸையை நான் பின்பற்றுபவனாக இருக்க வேண்டும் என்று இறைவனிடம் அஹிம்ஸை என்ற நற்பண்பை யாசித்தல்.

பொருள் அற்ற, பொருளை ஈட்டவும் வழியில்லாத ஏழை ஒருவன் உணவை பிச்சை எடுத்துப் பெறுகிறான். பிச்சை எடுத்தல் என்பது ஒருவனுக்கு ஏற்படும் ஏழ்மையின் இறுதி கட்டம். பிச்சைக்காரனின் தன்மானம் முற்றிலும் இழக்கப்படுகிறது. இறைவனிடம் நாம் பிச்சைக்காரனாக ஆகும் பொழுது நமது கர்வமும் இழக்கப்படுகிறது. நாம் அப்பொழுது பக்தனாகிறோம்.

இறைவனிடம் பக்தர்கள் எதையெதையோ யாசித்துக் கொண்டு இருக்கிறார்கள். இங்கு நாம் அஹிம்ஸை என்ற பண்பைப் பிச்சையாகக் கேட்கிறோம். நாம் ஏன் யாசிக்கவேண்டும்?

பொருளை ஈட்ட திறன் அற்றவன் உணவை யாசிப்பதுபோல, அஹிம்ஸையைப் பின்பற்ற போதிய பலம் அற்றவர்களாக நாம் இருக்கிறோம். பலம் இல்லாமையை உணரும் பொழுது பலத்தைப் பெற இறைவனிடம் செல்கிறோம். சுக்ரீவன் வாலியை வெல்ல இராமருடைய பலத்தை நாடியதுபோல நாம் வழிபட்டு வரும்

தெய்வத்திடம் வேண்டும் பொழுது நமக்கு அஹிம்ஸையை பின்பற்ற போதிய பலம் கிடைக்கும்.

எந்த ஒரு கர்மத்திற்கும் (செயலுக்கும்) கண்டிப்பாக பலன் உண்டு. ப்ரார்த்தனை என்பதும் ஒரு கர்மம். ஆகவே ப்ரார்த்தனை செய்யும் பொழுது அதற்கு ஏற்ற பலனை நாம் அடைவோம். நமது வேண்டுதல் எந்த அளவுக்கு நம்பிக்கையுடனும் மனம் உருகியும் உறுதியாகவும் உள்ளதோ அந்த அளவிற்கான பலனை நாம் அடைவோம்.

வாழ்வில் எதை அடையவேண்டுமானாலும் ப்ரார்த்தனை மிகவும் நல்லதோர் உபாயமாகிறது. அஹிம்ஸையைப் பின்பற்ற இறைவனிடம் வேண்டுதல் விடுப்போம்.

## 12. ஞானம்

ஞானத்தால் அஹிம்ஸையைப் பின்பற்றுதல் என்பது ஞானிகளுக்கு மட்டுமே நிறைவேறக் கூடிய ஒன்று. இங்கு ஞானம் என்பது ஆத்மஞானம் அல்லது பிரஹ்ம ஞானம் அல்லது மெய்ப்பொருளைப்பற்றிய ஞானம். ஆத்மஞானத்தை அடைந்தவர்கள் முழுமையாக அஹிம்ஸையைப் பின்பற்றுவார்கள். நான் யார்? என்ற கேள்விக்கான சரியான பதில்தான் அவர்கள் அடைந்த ஞானம். தன்னை யார் என்று அறிந்தவர்கள் அனைத்து உயிரினங்களிடமும் தன்னையே பார்க்கிறார்கள். அறியாமையில் இருப்பவர்கள் முகம் பார்க்கும் கண்ணாடியில் தங்களைப் பார்க்கும் பொழுது மட்டுமே தங்களைப் பார்த்ததாக உணர்கிறார்கள். ஞானியோ கண் திறந்தாலே காண்பதெல்லாம் தானாகவே அறிகின்றான். ஞானி தானே அனைத்து உயிருமாயிருப்பதை உணர்வதால் யாரைப் புண்படுத்த முடியும்! அவன் தன்னையும் புண்படுத்த மாட்டான் என பகவான் கீதையில் கூறுகிறார்.

ந ஹினஸ்தி ஆத்மனா ஆத்மானம் - தன்னையே தன்னால் துயரப்படுத்த மாட்டான்

புலனடக்கத்தையும் மன அடக்கத்தையும் ஆத்ம ஞானத்தையும்



அடைந்தவனுக்கு அஹிம்ஸையைப் பின்பற்றுதல் கடினமற்ற, இயல்பான செயலாக ஆகிவிடுகிறது.

இங்கு நாம் ஹிம்ஸைக்கான சில காரணங்களையும் அஹிம்ஸையைப் பின்பற்ற சில வழிமுறைகளையும் சுருக்கமாகப் பார்த்தோம்.

ஒவ்வொருவரும் ஏதேதோ காரணங்களினால் ஹிம்ஸையை செய்து வருகிறார்கள். ஒவ்வொருவருக்கும் ஒவ்வொரு காரணம் உண்டு. ஆகவே நாம் மற்றவர்களை எதன் காரணமாகத் துன்புறுத்தி வருகிறோம் என ஆராய்ந்து கண்டறிந்து அந்தக் காரணத்தை நீக்க வேண்டும். உதாரணமாக துர்யோதனன், பாண்டவர்களுக்குக் கொடுத்த ஹிம்ஸைக்கு முக்கிய காரணம் பொறாமை. ராவணன் செய்த ஹிம்ஸைக்கு முக்கிய காரணம் காமம். ஹிரண்யகசிபுவின் ஹிம்ஸைக்குக் காரணம் கர்வம். சில அரசர்கள் பொழுதுபோக்குக்காக வேட்டை ஆடுதல் போன்ற செயல்களில் ஈடுபட்டார்கள். ஹிம்ஸிப்பது சிலருக்கு பொழுதுபோக்காகிறது. இவ்விதம் எதனால் ஹிம்ஸை செய்கிறோம் என ஆராய்ந்து அக்காரணத்தை நீக்கி அஹிம்ஸையைப் பின்பற்ற வேண்டும்.

அஹிம்ஸையைப் பற்றிய விசாரத்தில் மேலும் ஒரு முக்கியமான கருத்தை உணரவேண்டும்.

# ஹிம்ஸையே அஹிம்ஸை

'சமுதாயத்தில் வாழ்ந்து கொண்டிருப்பவர்களால் அஹிம்ஸையைப் பின்பற்ற முடியாது. சமுதாயத்திலிருந்து விலகிச் சென்றவர்களால் தான் பின்பற்ற முடியும் என்று சிலர் தவறாக நினைக்கிறார்கள். காவல் அதிகாரி ஒருவர் சமுதாயத்தை அழித்து வருகின்ற ஒருவனை சுட்டுவீழ்த்தும் சூழ்நிலை ஏற்பட்டு, அவ்வதிகாரி அவனை சுட்டு வீழ்த்தினால் அவ்வதிகாரி அப்பொழுது தான் அஹிம்ஸையை சற்று அதிகமாகவே பின்பற்றியுள்ளார். அவன் ஒருவனை அழிப்பதன் மூலம் பலருடைய வாழ்வை அவர் காப்பாற்றியுள்ளார். அவனை அழிப்பது அவனுக்கும் நல்லது, பிறருக்கும் நல்லது. இந்நிலையில்

ஹிம்ஸையே அஹிம்ஸை ஆகிவிடுகிறது. ஒருவேளை காவல் அதிகாரி அவனை விட்டுவிட்டால் அது ஹிம்ஸை ஆகும். ஒரு குற்றவாளியைத் தண்டிக்கும் உரிமை பொதுமக்களுக்கு இல்லை. பொதுமக்களில் ஒருவன் குற்றவாளியைத் தாக்கும் பொழுது அதுவே குற்றமாகிறது. ஆகவே காவல் அதிகாரிக்கே தண்டிக்கும் உரிமை உண்டு. அந்த உரிமை அவரது கடமை. அவர் கடமையை செய்யும்பொழுது ஏற்படும் ஹிம்ஸை அஹிம்ஸையாகிறது. அதுபோல் நீதிபதி கொடுக்கும் தண்டனையும் அஹிம்ஸை ஆகிறது.

அஹிம்ஸையைத் தவறாகப் புரிந்துகொண்டு பின்பற்றும் பொழுது அது பெரிய அளவில் ஹிம்ஸை ஆகிவிடுகிறது. ஒருவன் தவறான வழியில் பொருளை ஈட்டுதல், தவறான கொள்கையை கடைபிடித்தல் போன்ற காரணத்தால் கொலை செய்து வருகிறான் எனில் அவனை வெறுக்காமலும் கருணையுடனும் கொடுக்கவேண்டிய தண்டனையைக் கொடுப்பதால் தான் சமுதாயம் சீராக இயங்கும். தண்டனை மரணமாகவும் இருக்கலாம். அவன் பாபம் செய்துவரக் காரணமான அவன் உடலை அவனிடமிருந்து பறிப்பது ஒருவனின் ஆயுதத்தைப் பறிப்பது போல் தான்.

ஒரு நீதிபதி இவ்விதம் தீர்ப்புக் கூறியுள்ளார்: உனக்கு மரண தண்டனை அளிக்கிறேன். உன் ஆத்மா சாந்தி அடைந்து உனக்கு நல்ல கதி கிடைக்க இறைவனை வேண்டுகிறேன்.

இங்கு வெறுப்பில்லை, பழிவாங்கும் நோக்கமில்லை. ஆனாலும் ஹிம்ஸை நடக்கிறது. இப்படிப்பட்ட ஹிம்ஸையே அஹிம்ஸை.

நம் முழு உடலைக் காக்க உடலின் ஓர் உறுப்பு அழிக்கப்பட்டால் அதுவே அஹிம்ஸை. ஒரு குடும்பத்தைக் காக்க ஒருவன் அழிக்கப்படலாம். ஒரு கிராமத்தைக் காக்க ஒரு குடும்பம் அழிக்கப்படலாம். ஒரு நகரத்தைக் காக்க ஒரு கிராமம் அழிக்கப்படலாம். ஒரு நாட்டைக் காக்க ஒரு நகரம் அழிக்கப்படலாம். உலகத்திற்காக ஒரு நாடே அழியலாம். இதுவே தர்ம சாஸ்திரம்.



நம்முடைய மனம், கண், நாக்கு போன்ற புலன்களை ஒழுங்குபடுத்த, விதவிதமான தவத்தை மேற்கொள்ள வேண்டியுள்ளது. தவம் என்றாலே உருக்குதல் என்பது பொருள். அவ்வித தவத்தால் நம்மையே நாம் வருத்திக் கொள்வது ஹிம்ஸை. ஆனால் அது அஹிம்ஸை ஆகிறது. எந்தவிதக் கட்டுப்பாடும் இல்லாமல் நாம் இருந்தால் நாம் மற்றவர்களை பொறாமை, காமம், கோபம் போன்ற காரணங்களால் ஹிம்ஸை செய்து வருவோம். தவத்தால் வரும் சிறிய ஹிம்ஸை பெரிய அளவில் நடக்கும் ஹிம்ஸையிலிருந்து காக்கிறது. ஆகவே நம்மை நாம் பண்படுத்த மேற்கொள்ளும் அறிவுபூர்வமான தவம் அஹிம்ஸை. ஆனால் சிலர், அசுரர்கள் செய்யும் தவத்தைப்போல ராஜஸமான, தாமஸமான, கொடூரமான தவத்தில் ஈடுபடுவார்கள். அப்படிப்பட்ட தவம் அஹிம்ஸை ஆகாது. அவ்விதமான தவறான தவத்தை மேற்கொள்பவர்கள், தாமும் ஹிம்ஸையை அனுபவித்து, மற்றவர்களுக்கும் ஹிம்ஸையைத்தான் கொடுப்பார்கள். அசுரர்கள் வாழ்க்கை இதற்கு உதாரணம். இவ்விதம் எப்படிப்பட்ட ஹிம்ஸை அஹிம்ஸையாகிறது என உணரவேண்டும். கீதையில் பல இடங்களில் பகவான் அஹிம்ஸையை வலியுறுத்தி உபதேசிக்கிறார். அஹிம்ஸையை உபதேசிக்கும் இடமோ போர்களம்! அதுபோலவே குழந்தைகளைத் திருத்தவும், மாணவர்களைக் கண்டிக்கவும், குற்றவாளியை தண்டிக்கவும் செயல்படும் பொழுது சிறிதளவு ஹிம்ஸை ஏற்படுகின்ற காரணத்தால் அஹிம்ஸையை பின்பற்ற வேண்டும் என்று எண்ணி கடமையை செய்யாது அஹிம்ஸையை பின்பற்றினால் அவ்விதமான அஹிம்ஸையே ஹிம்ஸை ஆகிவிடும். சிறிதளவு கொடுக்க வேண்டிய ஹிம்ஸையை தவிர்க்கும் பொழுது பெரிய அளவு ஹிம்ஸை ஏற்படுமானால், அந்த பெரிய அளவு ஹிம்ஸையை தவிர்க்க சிறிய ஹிம்ஸையை கடைபிடித்தல் ஹிம்ஸை ஆகாது.

அறிவு பூர்வமாக அஹிம்ஸையின் தத்துவத்தை உணர்ந்து அஹிம்ஸையை பின்பற்றினால் நாம் அடையும் பலனை இனி பார்ப்போம்.

## அஹிம்ஸையின் பலன்

அஹிம்ஸையைப் பின்பற்றுவதால் கிடைக்கும் பலனுக்கு ஈடு இணை இல்லை. அஹிம்ஸையைப் பின்பற்ற மற்ற சில பண்புகளின் துணையும் தேவைப்படுகிறது. எனவே, அஹிம்ஸையைப் பின்பற்றும்பொழுது இதர நற்பண்புகளையும் அடைவோம். நற்குணங்கள் நிறைந்த மனதைத் தூய்மையான மனம் என அழைக்கிறோம். மனத்தூய்மையே நமக்கு மகிழ்ச்சியைக் கொடுக்கும். மேலும் மோக்ஷத்தை அடைய மனத்தூய்மை அவசியம். வ்ரதத்தால் ஆரோக்யம் கிடைக்கும். அளவுக்கு மீறிய வ்ரதம் உடல் வலுவைக் குறைத்துவிடும். அதுபோல் துன்பம் அளவுக்கு மீறி மனதைத் தாக்கும் பொழுது மனமும் வலுவை இழக்கும். உடலும் மனமும் வலுவுடன் இருந்தால்தான் வாழ்க்கையில் அடையவேண்டிய இலக்கை அடையமுடியும். அஹிம்ஸையால் உடல் வலுவும் மனவலுவும் கிடைக்கிறது.

உறுதியுடன் கூடிய, தூய்மையான மனதில்தான் விவேக சக்தி வெளிப்படும். விவேக சக்தி என்பது அறிவுத்திறன். அறிவுத்திறன் என்பது இருவகைப்படும்: 1. எது உண்மை, எது தோற்றம் எனப் பிரித்தல். 2. இதுதான் என தீர்மானித்தல். பிரித்தல் என்பதை பகுத்து அறிதல் என்றும், தீர்மானித்தலை நிச்சயம் அல்லது உறுதி செய்தல் எனவும் கூறுகிறோம். இவ்விதமான விவேக சக்தி மன அழுக்கால் மங்கிக் கிடக்கும் பொழுது வாழ்க்கைத் தரமும் கீழாக இருக்கும். அஹிம்ஸையைப் பின்பற்றும்பொழுது விவேகசக்தி வளர்ந்து, மனம் மென்மை அடைந்து, உறுதியையும் அடைந்து, ஆன்மீகப் பயணத்திற்கு உகந்த வாகனமாக மாறுகிறது.

அஹிம்ஸையின் பலனை நாம் காத்திருந்து அடைவதில்லை. உடனுக்குடன் அடைவோம். ஒரு யாகம் செய்தால் அதனால் வரும் புண்ணியம் என்ற பலனை எப்பொழுது அனுபவிப்போம் என்று கூறமுடியாது. ஆனால் நாம் அஹிம்ஸையைக் கடைப்பிடிப்பதால் பாபம் நீக்கப்பட்டுப் புண்ணியம் கிடைக்கிறது. அதனால் உடனடியாகவே நமக்கு மனத்தூய்மையும் மன மகிழ்ச்சியும்



கிடைக்கிறது. யோக சாஸ்திரங்களில் மற்ற ஸாதனைகளைவிட அஹிம்ஸைக்கு மிக அதிகமான பலன் கூறப்பட்டுள்ளது. இங்கேயே பலனை அடைவதுடன் ஒருவன் உயர்ந்த லோகங்களை அடைகிறான் என்றெல்லாம் கூறப்பட்டுள்ளது. அஹிம்ஸையைப் பின்பற்றி ஸித்திகளை அடைவதோ, இறந்தபின் நல்ல லோகங்களை அடைவதோ நமது நோக்கம் அல்ல. இப்பிறவியில் வாழும் பொழுதே மனத்தூய்மையையும் தத்வ ஞானத்தையும் அடைந்து முக்தி பெறுவதே நமது நோக்கமாகும்.

அஹிம்ஸையைப் பின்பற்றி நாம் பிறரைக் காத்தோம் என்றாலும் நம்மையும் நாம் காத்துக்கொள்கிறோம். ஒரு ஜீவன் சாவதற்காகப் பிறக்கவில்லை. வாழ்வதற்காகவே பிறக்கிறான். எப்படி வாழ்வதற்காகப் பிறக்கிறான் என்பதே அடுத்த வினா.

தானும் மகிழ்ந்து, பிறரையும் மகிழ்வித்து வாழும் வாழ்வுதான் அர்த்தமுடையதாகிறது. ஆகவே வாழ்வுக்கு ஓர் அர்த்தத்தைக் கொடுப்பதே அஹிம்ஸை.

## பாறையும் மலரும்

பாறையும் மலரும் என்ற தொடரை இரண்டு விதத்தில் பொருள் படுத்தலாம்.

### முதல்விதமான பொருள்

பாறைபோன்ற இறுகிய கல்நெஞ்சம் கொண்டவர்களும் கூட மென்மையான மலரைப்போன்று மாறுவார்கள். பாறையும் மலரைப்போல மென்மையாகும் என்றால் பாறைபோன்ற மனமும் மலரைப்போல் மென்மையை அடையும். நம் மனம் பாறைபோன்று இறுகி இருப்பினும், தவத்தாலும் அறிவாலும் சான்றோர்களுடன் வைக்கும் இணக்கத்தாலும் மலர்போல் மாறும். ஹிம்ஸையில் ஈடுபட்டுக் கொண்டிருந்தவர்களும் கூட அஹிம்ஸா மூர்த்திகளாக மாறிவிடுவார்கள். வால்மீகி பாறைபோன்றுதான் வாழ்ந்தார். வழிப்பறி செய்து கொண்டு இருந்தவர் மலர்போல் மென்மையான மனம்

கொண்ட முனிவராக மாறினார். நம் மனம் இப்பொழுது பாறைபோல் இருந்தாலும் உகந்த ஸாதனைகளைக் கையாண்டு பாறையை மலர்விப்போம்.

## இரண்டாவது விதமான பொருள்

பாறைபோலும் மலர்போலும் நம் மனதை மாற்றி அமைக்க வேண்டும்.

இவ்வுலகத்திலிருந்து நாமும் துயரப்படக்கூடாது.

நாமும் இவ்வுலகத்திற்குத் துயரத்தைக் கொடுக்கக் கூடாது.

நாம் துயரப்படாது இருந்தால்தான் மற்றவர்களுக்கும் துயரத்தைக் கொடுக்க மாட்டோம். இவ்வுலகம் நம்மை அணுகும் பொழுது நம் மனம் பாறைபோல் இருக்க வேண்டும். அப்பொழுதுதான் மற்றவர்கள் சொற்களாலும், அவர்கள் நம்மை நடத்தும் விதத்தாலும் நாம் பாதிக்கப்பட மாட்டோம். நம் மனம் பாறைபோல் இருந்தால் யாரும் நம்மைப் புண்படுத்த முடியாது. ஆகவே பாறைபோன்ற மனம் கவசம்போல் நம்மைக் காக்கிறது.

இவ்வுலகத்தை நாம் அணுகும்பொழுது நம் மனம் மலர்போல் மென்மையாக இருக்க வேண்டும் அப்பொழுதுதான் நாம் மற்றவர்களைத் துன்பப்படுத்த மாட்டோம்.

பிறருடைய சொல்லைக் கேட்கும் பொழுது நம் மனம் பாறைபோலும் பிறரிடம் நாம் பேசும் பொழுது நம் மனம் மலர்போலும் இருக்க வேண்டும்.

பாறையும் மலரும் போல இரண்டு விதத்திலும் நம் மனம் இருக்கவேண்டும் என்பது பொருள்.

இப்படிப்பட்ட மனநிலையை அடைவதே நம் வாழ்வின் லக்ஷியம். இந்த மனதுடன் வாழும் வாழ்வே ஜீவன்முக்தி என்று கூறப்படுகிறது.



## முடிவுரை

**To the extent you love yourself,**
**to that extent you love others.**

உன்னை நீ எந்த அளவு நேசிக்கிறாயோ, அந்த அளவு நீ மற்றவர்களை நேசிக்கிறாய்.

இந்த நியதி பொதுவானது. நம்மை நாம் புரிந்துகொண்ட விதத்தின் அடிப்படையிலும் நம் மனதில் ஏற்பட்ட அனுபவங்களின் பதிவின் அடிப்படையிலும் நாம் மற்றவர்களிடம் நடந்து கொள்கிறோம். நாம் எதை அனுபவித்துள்ளோமோ அதன் பதிவுகளே மனதில் குடிகொண்டிருக்கும். பதிவுகளின் (வாஸனைகளின்) அடிப்படையில் குணம் அமைகிறது. குணத்தின் அடிப்படையில் செயல்படுகிறோம். இவ்வுலகத்தை நாம் நடத்தும் விதம், நாம் நம்மை நடத்திய விதத்தின் அடிப்படையிலும் உலகம் நம்மை நடத்திய விதத்தின் அடிப்படையிலும் அமைகிறது.

நாம் நேசிக்கப்பட்டால் நேசிப்போம்.

நாம் அரவணைக்கப்பட்டால் அரவணைப்போம்.

நாம் மன்னிக்கப்பட்டால் மன்னிப்போம்.

நாம் அங்கீகரிக்கப்பட்டால் அங்கீகரிப்போம்.

நாம் ஹிம்ஸிக்கப்பட்டால் ஹிம்ஸிப்போம்.

ஆகவே நாம் நம்மாலேயோ, மற்றவர்களாலேயோ துயரப்படுத்தப்பட்டால்; நாம் மற்றவர்களை துயரப்படுத்துவோம். மற்றவர்களுக்கு துயரத்தை கொடுக்காமல் இருக்க எவ்விதத்திலும் நாம் துயரப்படாமல் இருக்கவேண்டும். நாமும் துயரப்படாமலும் மற்றவர்களையும் துயரப்படுத்தாமலும் இருப்பதே அஹிம்ஸை.

**ஒருவரை ஒருவர் வாழ்த்தி வாழ்வோம்; வாழ்விப்போம்.**

**பிரார்த்தனையுடன் நிறைவு செய்வோம்:**

**It is good to think well.**

**It is divine to act well.**

**To think well wisdom is needed.**

**To act well strength is needed.**

**O Lord! Give me wisdom and strength.**

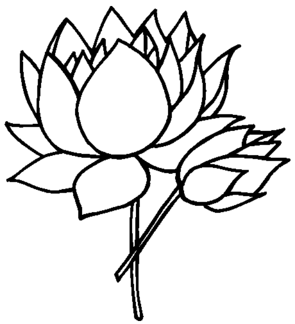
நல்லதை நினைப்பது மேன்மையானது.

நல்லதை செயல்படுத்துவது தெய்வீகமானது.

நல்லதை நினைக்க அறிவு தேவை.

நல்லதை செயல்படுத்த ஆற்றல் தேவை.

இறைவா! அறிவையும் ஆற்றலையும் எனக்குத் தந்தருள்வாயாக.





# 3. வாய்மை

## முகவுரை

வாய்மை என்றால் உண்மை பேசுதல் என்பது பொருள். வாய்மையைப் பற்றி அறிந்து கொள்ள வேண்டிய நுட்பங்கள் பல உள்ளன. வாய்மையைப் பற்றி முழுமையாகப் புரிந்து கொள்ளாததால் தான் பலர் உண்மையைப் பேசினால் இவ்வுலகில் வாழ முடியாது என்பது போன்ற தவறான கருத்தில் உள்ளார்கள். வாய்மையைப் பின்பற்றவே முடியாது என்றும் வாய்மையைப் பின்பற்றினால் வாழ்வில் உயர முடியாது என்றும் பலர் தவறாகக் கருதிவரக் காரணம் வாய்மையின் தத்துவத்தை சரியாக உணராததே.

வாய்மையின் தத்துவத்தை சரியாக உணர முயல்வோம்.

## வாய்மையின் இலக்கணம்

**வாய்மை என்பது அறிந்தது கூறல்.**

நாம் எதை அறிந்தோமோ அதை அவ்விதமே கூறுதல் வாய்மை.

நாம் சரியாக மனதில் அறிவது உண்மை.

நாம் எதைக் கூறினோமோ அதன்படி உடல் மூலம் செயல்படுதல் மெய்மை. உடல் மெய் என்றும் அழைக்கப்படுகிறது.

சரியாக மனதில் புரிந்துகொள்ளுதல் **உண்மை.**

மனதில் அறிந்ததை வாக்கால் கூறுதல் **வாய்மை.**

கூறியபடி உடல் மூலம் செயல்படுதல் **மெய்மை.**

மனம் - வாக்கு - உடல் இவைகளின் மூலம் பின்பற்றப்படும் ஒழுக்கம் உண்மை, வாய்மை, மெய்மை.

உண்மையைக் கூறுதல் வாய்மை என்பதால், நாம் மனதால் புரிந்து கொண்டது உண்மையாக இருக்கவேண்டும். நம்மிடம் தவறான செய்தியை ஒருவர் கூற, நாம் அதை உண்மை என்று நினைத்துப் பேசும் பொழுது, நாம் நம்மைப் பொறுத்தவரை உண்மையைப் பேசி இருந்தாலும் அது வாய்மை ஆவதில்லை. ஆகவே வாய்மை உண்மைக்குப் பின் வருகிறது.

நாம் கூறியபடி நடந்துகொள்ளவில்லை எனில் நம் கூற்று பொய்யாகிவிடுகிறது. ஆகவே வாய்மை மெய்மையையும் சார்ந்துள்ளது.

உண்மைக்கும் மெய்மைக்கும் இடையில் இருக்கும் வாய்மை மிக முக்கியமான ஒழுக்கம்.

உண்மை, வாய்மை, மெய்மை இம் மூன்றையும் சேர்த்து பின்பற்றும் ஒழுக்கம் ஆர்ஜவம் என்று அழைக்கப்படுகிறது. ஆர்ஜவத்தின் மையத்தில் இருப்பது வாய்மை.

சரியான அறிவை அடைந்து, அறிந்ததைக் கூறுதலும், நாம் கூறியபடி செயல்படுதலும் வாய்மையின் இலக்கணம்.

பொய் பேசாமை வாய்மை என்றும் வாய்மைக்கு இலக்கணம் உண்டு. நாம் அறிந்த உண்மையைக் கூறவேண்டிய அவசியம் இல்லை. ஆனால் எதைக் கூறுகிறோமோ அது உண்மையாக இருக்க வேண்டும். ஆகவே வாய்மை என்பது பொய் சொல்லாமையே.

இவ்விதம் உண்மையைக் கூறுதல், பொய்கூறாமை என வாய்மைக்கு சாதாரணமாக இலக்கணம் கூறப்படுகிறது. ஆனால் வாய்மைக்கு மேலும் சில நுட்பமான விளக்கங்கள் தர்ம சாஸ்திரத்தில் கூறப்பட்டுள்ளன. அவற்றை இனி பார்ப்போம்.



## வாய்மையும் நன்மையும்

எது வாய்மை என்பதற்குப் பொருள் கூற வரும் சான்றோர்கள் நன்மை தருவதைப் பேசுதல் வாய்மை என்று கூறுகிறார்கள்.

*வாய்மை எனப்படுவது யாதெனின் யாதொன்றும்*
*தீமை இலாத சொலல்.*

என்கிறார் வள்ளுவர்.

உண்மையைக் கூறுதல் என்ற இடத்தில் நன்மையைக் கூறுதல் வாய்மை என்றே வாய்மை விளக்கப்படுகிறது. அப்படியென்றால் உண்மை வேறு நன்மை வேறு என்று பொருள் அல்ல. என்றும் உண்மையும் நன்மையும் ஒன்றுடன் ஒன்று பின்னிப் பிணைந்தவைதான். இருப்பினும் எந்த சூழ்நிலையில் எந்த உண்மையைப் பேசினால் நன்மை ஏற்படுமோ, அந்த உண்மையைப் பேசுவதே வாய்மை. ஆகவே வாய்மையில் முன்நிற்பது நன்மையே. ஒருவருக்கு ஏற்பட்டுள்ள நோயை அவர் அறிந்தால் அந்த உண்மை அவருக்கு பயத்தையும் துயரத்தையும் கொடுத்து தீமையைத்தான் விளைவிக்கும் என்றால் அந்த உண்மை நன்மையைத் தருவதில்லை. அங்கு உண்மையை மறைப்பதும் மாற்றிக் கூறுவதும் அவசியமாகிறது. ஆகவே வாய்மையில் உண்மைக்கு முன் நன்மையே நிற்கிறது.

### நன்மை

நன்மை என்ற சொல்லுக்கு எதிர்ச்சொல் தீமை அல்லது கேடு. உடலுக்கும் மனதுக்கும் புத்திக்கும் எது தீமை அல்லது கேடு விளைவிக்காதோ, அதுவே நன்மை. உடலுக்கு ஆரோக்யம் நன்மையாகும். மனதுக்கு நற்பண்புகள் நன்மையாகும். புத்திக்கு அறிவு நன்மையாகும்.

பொதுவாக தமக்கு வரும் துயரத்தைத் தீமை எனவும் இன்பத்தை நன்மை எனவும் மக்கள் கருதி வருகிறார்கள். எது இன்பமோ அது நல்லது, எது துயரமோ அது கெட்டது என்பது முற்றிலும் உண்மை அல்ல.

சில துயரங்கள் நமக்கு நன்மையைக் கொடுக்கலாம். எல்லா இன்பங்களும் நன்மை தருவதும் இல்லை.

நாவுக்கு இன்பத்தைத் தரும் எத்தனையோ உணவுப் பொருட்கள் உடலுக்கு ஆரோக்யம் என்ற நன்மையைத் தருவதில்லை. மனதுக்கு போதை மூலம் கிடைக்கும் இன்பம் நன்மையல்ல. மற்றவர்களை இழிவுபடுத்திப் பேசுவது போன்ற கீழான பழக்கத்தால் வரும் இன்பம் நன்மை தருவதில்லை. அதுபோல் அறியாமை, மோஹம் போன்றவை புத்திக்கு நன்மையைத் தருவதில்லை. இவ்விதம் இன்பம் வேறு, நன்மை வேறு என்பதை உணரவேண்டும்.

‘நன்மையும் இன்பமும் நம்முன் நிற்கும்போது, அறிவுடையவன், இன்பத்தை விடுத்து நன்மையைத் தேர்ந்தெடுக்கிறான்’ என்பது உபநிஷத் வாக்கு.

எவ்விதம் நன்மை என்பது இன்பத்திலிருந்து வேறுபட்டதோ, அதுபோலவே தீமை என்பதும் துன்பத்திலிருந்து வேறுபடுகிறது.

நமக்கு வரும் துயரங்கள் அனைத்தும் தீமை அல்ல. வாழ்வில் நம்மைப் பல சமயங்களில் பண்படுத்துவது துயரமே. நமக்கு ஏற்படும் இன்னல்கள் வாழ்வில் சில உண்மையை உணர்த்தும் கருவிகளாக இருக்கின்றன.

எப்படிப்பட்ட கஷ்டங்கள் நமக்கு நன்மையைத் தருமோ அவற்றைத் தேர்ந்தெடுத்தும் எப்படிப்பட்ட இன்பம் நன்மையைத் தராதோ அவற்றை விடுத்தும் நாம் நமக்கு நன்மையைத் தேடிக்கொள்ள வேண்டும்.



**நன்மை தராத இன்பத்தை விடுவதற்கும் நன்மை தரும் துயரத்தை எடுத்துக் கொள்வதற்கும் தவம் என்று பெயர்.**

இவ்விதம் நன்மை எது என ஆராய்ந்து பார்த்தால் உடலுக்கு ஆரோக்யமும், மனதுக்கு நற்பண்புகளும், புத்திக்கு அறிவும் நன்மையாகும். இப்படிப்பட்ட நன்மையைத் தர எவை உதவுகின்றனவோ, அவை நன்மையாகின்றன.

உடலுக்கு ஆரோக்யம் நன்மை எனில், ஆரோக்யத்தைக் கொடுக்கும் உணவு, உடற்பயிற்சி போன்றவையும் நன்மையே. நற்பண்புகள் மனதுக்கு நன்மை எனில் நற்பண்புகளை அடைய உதவும் அனைத்தும் நன்மையே. அறிவு நன்மை எனில் அறிவை அடைய உதவும் நூல்கள் போன்றவையும் நன்மையே. நம் சொல் ஒருவருக்கு நன்மையைத் தரும் கருவியாக அமையலாம் அல்லது தீமையைத் தரும் விதத்திலும் அமையலாம். ஆகவே நமக்கும் மற்றவர்களுக்கும் நன்மையைக் கொடுக்கும் விதத்தில் நம் சொல் அமைந்தால் அதுவே வாய்மை.

இனி நாம் வாய்மையை மூன்று படிகளாகப் பார்க்கப் போகிறோம். அந்த மூன்று நிலைகளிலும் நன்மையே மையமாக இருக்க வேண்டும்.

## வாய்மையின் மூன்று நிலைகள்

வாய்மை என்ற ஒழுக்கத்தை மூன்று விதத்தில் பின்பற்ற வேண்டும். நாம் பார்க்க உள்ள மூன்றுமே வாய்மை ஆகும். இம்மூன்றில் முதல் நிலையைத் தான் முதலில் பின்பற்ற வேண்டும். முதல் நிலையைப் பின்பற்ற இயலாத சூழ்நிலையில் தான் இரண்டாம் நிலைக்குச் செல்லவேண்டும். அதுவும் இயலாத பொழுது தான் மூன்றாம் நிலையைப் பின்பற்ற வேண்டும்.

மூன்று நிலைகள் முறையே

**1. உண்மையைக் கூறுதல்**

**2. உண்மையை மறைத்தல்**

**3. உண்மையை மாற்றிக் கூறுதல்**

இம்மூன்றும் வாய்மையின் படிகள். இவற்றை இனி பார்ப்போம்.

## முதல் நிலை

உண்மையைக் கூறுதலே நம் முதல் முயற்சியாக இருக்க வேண்டும். வாய்மையின் பொதுவான இலக்கணமும் உண்மையைக் கூறுதல் என்பதே. உண்மையைக் கூறும் பொழுது நன்மை இருக்கிறதா என்பதையும் கவனிக்க வேண்டும். நன்மை இருந்தால் முதல் நிலையிலேயே வாய்மை கடைப்பிடிக்கப்பட வேண்டும். இந் நிலையைக் கடைப்பிடிக்க வாய்ப்பு இருந்தும் அடுத்த படிகளுக்கு இறங்கினால் அது பொய்மை ஆகிறது.

உண்மையைக் கூறினால் நன்மை ஏற்படுவதில்லை என்ற சூழ்நிலையில்தான் இரண்டாம் நிலைக்குச் செல்ல வேண்டும்.

## இரண்டாம் நிலை

எந்த சூழ்நிலையில் உண்மையைக் கூறினால் நன்மை ஏற்படுவதில்லையோ அப்போது உண்மையை மறைப்பதில் தவறில்லை. உண்மையை மறைப்பது அவசியமும் ஆகிறது. உண்மையை ஜீரணிக்க சக்தியற்றவரிடம் உண்மையை மறைப்பதே தர்மம் – நோயாளியிடம் மருத்துவர் நோயின் தன்மையை மறைப்பது போல.



நமக்குத் தெரிந்த உண்மையை எல்லாம் கூறவேண்டிய அவசியம் இல்லை. வாய்மை என்பதற்குப் பொய் கூறாமை என்றும் பொருள் பார்த்தோம். உண்மையைக் கூறாமல் இருப்பதாலும் உண்மையை மறைப்பதாலும் நன்மை இருக்கும் எனில், உண்மையை மறைப்பதும் வாய்மை ஆகிறது.

தர்மத்தில் உள்ள இடர்ப்பாடான ரகசியத்தை இங்கு நாம் உணரவேண்டும். உண்மை என்றும் நன்மையைத் தருவதாக இருப்பினும், அந்த உண்மையை ஏற்றுக்கொள்ளும் மனநிலை இல்லாதவரிடம் கொடுக்கும் பொழுது அவர்களுக்குத் தீமைதான் ஏற்படுகிறது. அங்கு நாம் உண்மையைப் பொறுத்திருந்து கொடுக்க வேண்டும். பாலை மட்டுமே ஜீரணிக்கக்கூடிய சக்தியுடைய குழந்தைக்கு திட உணவை கொடுக்கக் கூடாதுதானே!

ஓர் இளைஞன் கீதை வகுப்புக்கு ஆர்வத்துடன் வர ஆரம்பித்தான். அவன் தந்தையிடம் உண்மையைக் கூறினான். தந்தையோ, கீதை வகுப்புக்கு வரத் தடைவிதித்தார். வீட்டில் ஒரு யுத்தமே நடந்தது. இங்கு உண்மையை மறைக்காததே இந்த சங்கடத்திற்குக் காரணம். கீதையைக் கேட்பதால் வரும் நன்மையை உணராத தந்தையிடம் உண்மையைக் கூறும் பொழுது அது நன்மையாக உருவெடுப்பதில்லை.

நம்முடைய வாழ்வில் பல சமயங்களில் நம்மிடம் உண்மை இருந்தும் நமக்கே சங்கடம் வரக் காரணம் – நாம் அறிந்த உண்மையைத் தகுதியற்றவரிடம் கொடுப்பதனால் தான். ஆகவே உண்மை மறைக்கப்பட வேண்டிய இடத்தில் மறைக்கப்பட வேண்டும். பொதுவாக, ஒருவன் செய்யும் தீய செயலைத்தான் மறைப்பது வழக்கம். ஆகவே எது மறைக்கப்படுகிறதோ அது தீயது என்று நினைத்து வருகிறோம். ஆனால் சில சூழ்நிலைகளில்

உண்மையும் நற்செயல்களும் மறைக்கப்பட வேண்டிய நிர்ப்பந்தம் ஏற்படுகிறது. கணவனுக்குத் தெரியாமல் மனைவியும், மனைவிக்குத் தெரியாமல் கணவனும் தானம் முதலிய நற்செயல்களை செய்து வருவதைப் பார்க்கிறோம். நல்லதையும் சில சமயங்களில் சிலருக்குத் தெரியாமல் செய்ய வேண்டிய சூழ்நிலை ஏற்படுகிறது. அவ்விதம் செய்வது தர்மமே. தெரியாமல் செய்கிறோமே என்ற குற்ற உணர்வு தேவையில்லை. முக்கியமாக கவனத்தில் கொள்ளவேண்டியது யாதெனில், நாம் மறைத்து செய்யும் செயல் தர்மத்திற்கு உட்பட்டதாகவும், நன்மையைத் தருவதாகவும் இருக்க வேண்டும். இவ்விதம் உண்மையை மறைத்தல் வாய்மையாகிறது.

## மூன்றாம் நிலை

உண்மையைக் கூறுவதால் நன்மை ஏற்படுவதில்லை என்ற சூழ்நிலையில் உண்மையை மறைக்கவும் முடியவில்லை என்ற சூழ்நிலையும் ஏற்படும் பொழுது உண்மையை மாற்றிக் கூறுதல் வாய்மை ஆகிறது.

வள்ளுவரும் -

*பொய்மையும் வாய்மை யிடத்த புரைதீர்ந்த*
*நன்மை பயக்கும் எனில்.*

குற்றம் அற்ற, நன்மையைக் கொடுக்கும் பொய்மையும் வாய்மையாகவே கருதப்படுகிறது. (புரைதீர்ந்த = குற்றம் அற்ற)

உண்மையை மாற்றிக் கூறுவதற்குத்தான் பொய் என்று பெயர். இங்கு பொய்மையே வாய்மை என்று கூறப்படுகிறது. பொய்மையே வாய்மை என்றால் பொய்மை, வாய்மை என்ற வேற்றுமையே இருக்காது. பொய் பொய்தான், உண்மை உண்மைதான். இருப்பினும் சில சூழ்நிலைகளில் பொய்மை வாய்மையாக மாறுகிறது. எங்கு



பொய்மையால் நன்மை ஏற்படுகிறதோ, அங்கு பொய்மை வாய்மையாக மாறுகிறது. பொய்மையால் எங்கு கூறுபவருக்கு மட்டும் லாபம் ஏற்படுகிறதோ, அங்கு பொய்மை பொய்மையே.

முதல் இரண்டு நிலைகளையும் பின்பற்ற முடியாத பொழுதுதான் இந்த மூன்றாம் நிலைக்கு இறங்கிவர வேண்டும். இம் மூன்றும் வாய்மையே என உணர்ந்தால் வாய்மையைப் பின்பற்றி வாழ முடியாது என்று நினைப்பது தவறுதானே!

மருத்துவர் நோயாளியிடம் நோயைப்பற்றிய உண்மையைக் கூறலாம், உண்மையை மறைக்கலாம், உண்மையை மாற்றியும் கூறலாம். இம் மூன்றிலும் நன்மை இருக்கவேண்டும். பணத்திற்காக உண்மையை மாற்றிக் கூறும் பொழுது அது பொய்மையாகிப் பாபம் என்ற பலனையே கொடுக்கிறது.

உண்மையைக் கூறவேண்டிய இடத்தில் உண்மையை மறைத்தாலோ, மாற்றிக் கூறினாலோ சங்கடம் ஏற்படுகிறது. உண்மையை மாற்றிக் கூறவேண்டிய இடத்தில் உண்மையைக் கூறினாலும் சங்கடம் ஏற்படுகிறது. வாய்மையைப் பின்பற்றி வாழவேண்டும் என்றால் சதுரங்க (Chess) விளையாட்டைவிட கவனமாக இருக்க வேண்டியுள்ளது.

வாய்மையைப் பின்பற்றுவது என்பது வாக்கின் மூலம் நன்மையைப் பின்பற்றுவதாகும். எது நன்மையோ, அதை உடல் வாக்கு மனம் இவற்றின் மூலம் பின்பற்றுவதே அறம். நன்மையைக் கொடுக்காத எந்தத் தவமும் நமக்கு உயர்வைக் கொடுக்காது.

இது வரை நாம் வாய்மையின் இலக்கணத்தைப் பார்த்தோம். இனி நாம் வாய்மையில் உள்ள மற்ற தத்துவங்களைப் பார்ப்போம்.

## வாய்மையே வெல்லும்

*ஸத்யம் ஏவ ஜயதே*

என்பது முண்டகோபநிஷத்தில் அமைந்துள்ள வாக்யம்.

ஸத்யம் - உண்மை அல்லது வாய்மை

ஏவ - மட்டும்

ஜயதே - வெற்றி பெறுகிறது

வாய்மையே வெல்லும் என்ற பொருள் கொண்ட வாக்யத்தை நாம், வாய்மையைப் பின்பற்றுபவன் தான் வெற்றி அடைவான் என்று புரிந்து கொள்ள வேண்டும்.

இங்குதான் நமக்குப் பெரும் சந்தேகம் தோன்றுகிறது. பலர் இந்த உபநிஷத் வாக்யத்தை நம்பிக்கையுடன் ஏற்றுக் கொள்ளத் தயாராக இல்லை. இக்காலத்தில் உண்மையைப் பேசினால் பிழைக்க முடியாது, உண்மை பேசுபவனுக்குக் காலம் இல்லை, உண்மையைப் பேசுபவன் ஏமாளி என்று எண்ணி வருகிறார்கள். இவ்விதம் நினைக்கக் காரணம், அவர்கள் பல சமயங்களில் பொய்மை வெற்றி பெறுவதைப் பார்க்கிறார்கள்; உண்மையைக் கூறுபவனுக்குத் தோல்வியும் கஷ்டங்களும் வருவதைப் பார்க்கிறார்கள். பொய் கூறுபவர்கள் சுலபமாக கார்யத்தை சாதித்துக் கொள்வதையும், பொய்மையால் உடனடி லாபத்தையும் தங்களுடைய அனுபவத்திலும் பிறருடைய அனுபவத்திலும் காண்கிறார்கள். ஆகவேதான் வாய்மையே வெல்லும் என்ற வாக்யத்தைப் பொய் என நினைக்கத் தோன்றுகிறது.

இங்கு நாம் மிக நுட்பமான கருத்து ஒன்றைப் பார்க்கப் போகிறோம்.



வாய்மையை விடுத்து பொய்மையைப் பின்பற்றுவதால் உடனடி லாபம் கிடைக்கிறது என்பதும், சில கஷ்டமான சூழ்நிலையிலிருந்து தப்பித்துக் கொள்ள முடிகிறது என்பதும் நமது அனுபவமாக இருக்கையில் வாய்மையே வெல்லும் என்பது எப்படி உண்மையாகும்?

ஆம், பொய்மையைப் பின்பற்றுவதால் உடனடி லாபம், வெற்றி போன்றவை கிடைக்கின்றன. ஆனால் அந்த லாபம் உண்மையான லாபம் அல்ல. அந்த நேரத்தில் மட்டும் கிடைக்கக் கூடிய பொய்யான இன்பத் தோற்றம். பொய்மையால் வரும் நஷ்டம் அப்பொழுது தெரிவதில்லை. அறியாமையால் வரும் தமோகுணத்தின் விளைவான இன்பமே பொய்மையின் மூலம் கிடைக்கும் லாபம். பொய்மையால் கிடைக்கும் இழப்பு ஈடுகட்ட முடியாதது. பொய்மையால் கிடைக்கும் லாபம் மிகவும் அல்பமானது. அல்ப லாபத்திற்காக வாய்மையை விடுவதால் வரும் நஷ்டமே பேரிழப்பு.

பொய்மையால் லாபம் உண்டு என்பது உண்மை. பொய்மையால் பெரும் நஷ்டம் உண்டு என்பதும் உண்மை. நஷ்டத்தைக் கணக்கில் கொண்டு பார்த்தால் லாபத்தை லாபம் என்று சொல்ல முடியாது.

வாய்மையைப் பின்பற்றுவதால் சில இழப்புகள் நேரிடலாம். வாய்மையைப் பின்பற்றுவதால் வரும் நன்மையைக் கணக்கிட்டுப் பார்த்தால் இந்த இழப்பை இழப்பு என்று சொல்ல முடியாது. வாய்மையால் இழப்பு ஏற்படுவது வெறும் தோற்றம். நன்மை ஏற்படுவது என்பது உண்மை.

எப்படி என உதாரணம் ஒன்றின் மூலம் பார்ப்போம்.

ஒருவர் பொருளாதாரரீதியாக நடுத்தரத்தில் இருக்கிறார்.

அவரால் சிறிதளவுதான் சேமிக்க முடிகிறது. அவர் மனதில் எதிர்காலத்தைக் குறித்து பாதுகாப்பின்மை, பயம் போன்ற உணர்வுகள் ஏற்படுகின்றன. பணம் இருந்தால்தான் நமக்குப் பாதுகாப்பு, மனதில் மகிழ்ச்சியும் பயமின்மையும் பணத்தைச் சேகரித்தால்தான் கிடைக்கும் என்பது அவர் எண்ணம். அவர் மட்டுமல்ல, பொதுவாகப் பலர் இவ்விதமே எண்ணுகிறார்கள்.

ஒரு கடையில் இரண்டு கழுதைகள் இருக்கும் படம் மாட்டப்பட்டிருந்தது. அந்தப் படத்திற்கு பூமாலை, ஊதுபத்தி போன்ற அலங்காரங்களும் இருந்தன. கழுதையின் படத்தைக் கடையில் மாட்டினால் பணம் அதிகமாகக் குவியும் என்று ஒரு நம்பிக்கை. ஆக, பணத்திற்காக கழுதையையும் வழிபடத் தயாராக உள்ளனர்! பணத்திற்கு சமுதாயத்தில் உள்ள மதிப்பின் காரணமாகத்தான் பணம் பலருக்கு முக்கிய இலக்காக அமைந்துள்ளது.

இங்கு நாம் உதாரணமாக எடுத்துக் கொண்ட நபருக்கும் பணமே முன் நின்றது. அவருக்கு வாய்மையை விடுவதால் பணம் அதிகம் கிடைக்கின்ற சூழ்நிலை ஏற்பட்டது. அவர் எடைபோட்டுப் பார்த்தார் – வாய்மையா? பணமா?

பணத்தால் வீடு, வாகனம், சமுதாயத்தில் புதிய மதிப்பு போன்ற லாபத்தை அடைய முடிவதை எண்ணினார். பணம் பாதுகாப்பையும் இன்பத்தையும் கொடுக்கிறது என்று கணக்கிட்டார்.

வாய்மையால் கிடைக்கும் நன்மை அவர் புத்திக்கு எட்டவில்லை. ஆகவே அவர் வாய்மையை விட்டுப் பணத்தை சேகரித்துக் கொண்டார். வாய்மையை விடுத்துப் பொய்மையைப் பற்றியதனால் பெரிய செல்வந்தர் ஆகிவிட்டார். அவரைச் சுற்றி பாதுகாப்பிற்கு பொருள்களும் மனிதர்களும் குவிந்தனர். இன்பத்தைக் கொடுக்கும் பொருள்களும் அவரைச் சூழ்ந்தன. சமுதாயத்தில் முன்னேறியவர், பெரிய மனிதர் போன்ற பட்டங்களும் அவருக்குக் கிடைத்தன. இதை மட்டும் பார்த்தால் வாய்மை வென்றதாக நமக்குத் தெரிவதில்லை.



அவருடைய மனதை இனி நாம் பார்ப்போம்.

வாய்மையைத் தியாகம் செய்ய அவர் துணிந்ததற்கு முக்கிய காரணம் மனதிலுள்ள பாதுகாப்பின்மை, பயம் போன்றவை நீங்க வேண்டும் என்பதே. ஆனால் பணத்தை அடைந்த பின்னும் பயம் மனதிலிருந்து நீங்கவில்லை. இப்பொழுது பணம் நம்மை விட்டு சென்றுவிடக் கூடாது என்ற பயம். வருமானவரி அதிகாரிகளிடம் பயம். வசதியான வாழ்வை அனுபவித்ததனால் உடலும் மனதும் வசதிகளுக்கு அடிமையாகிவிட்டதால் வசதிகள் பறிபோகக் கூடாது என்ற பயம். தான் கூறிய பொய்கள் வெளிப்பட்டு விட்டால் புகழ் இழக்கப்படும் என்ற பயம்.

பணம் தன்னைக் காக்கும் என எண்ணிய அவருக்கு இப்பொழுது புரிகிறது - அவர்தான் பணத்தைக் காப்பாற்ற வேண்டும் என்று.

எந்த பயம் மனதிலிருந்து நீங்க வாய்மையை விட்டாரோ அந்த பயம் அவரை விட்டு நீங்கவில்லை. முன்பு பணம் இல்லை என்ற பயம். இப்பொழுது பணம் சென்றுவிடக்கூடாது என்ற பயம். முன்பு நிம்மதியாக உறங்கினார். இப்பொழுது உறங்க மாத்திரை தேவைப்படுகிறது. அவரைச் சுற்றி பாதுகாப்பிற்காகப் பல கதவுகள் உருவாக்கி இருந்தும் புதிய விதமான பயம் அவருடைய மனதிற்குள் புகுந்து விட்டது.

வாய்மை என்ற கதவுதான் மனதிற்குள் பயம் புகுந்து விடாமல் பாதுகாக்கும்.

வாய்மையை விட்டதால் பெற்ற வெற்றியே பொருள்களின் சேர்க்கை. ஆனால் எதற்காகப் பொருளைச் சேர்த்தாரோ, அதை அப்பொருள் உண்மையில் தரவில்லை. அவர் பொய் கூறி சேர்த்த பொருள்களை மட்டும் பார்த்துவிட்டு, வாய்மை தோற்றது என்று நாம் நினைக்கலாம்.

ஆனால், அவருடைய மனதைப் பார்த்தால் வாய்மையே வென்றது என்பது புரியும்.

இந்த உண்மையை இன்னமும் தெளிவாகப் புரிந்துகொள்ள வேண்டும். எனவே இனியொரு உதாரணத்தையும் பார்க்கலாம்.

ஒரு மனிதர் வாய்மையைப் பின்பற்றுவதால் கிடைக்கும் வருமானத்தை மட்டுமே வைத்து வாழ்க்கையை நடத்தி வருகிறார். இவரைச் சுற்றி அதிகமாகப் பொருள்கள் சேரவில்லை. ஆனால் வாய்மையையே வாழ்வாகக் கொண்டுள்ளார். வாய்மையைப் பின்பற்றியதன் பலனாக மனதில் நிறைவையும், அளவிடமுடியாத தைர்யத்தையும் அடைகிறார். பாதுகாப்பின்மை, பயம், போன்றவை நீங்கிய மனதை அடைகிறார். போதும் என்ற நிறைவை அடைகிறார்.

இவருக்கு வாய்மை வெளிப்பொருள்களைக் கூட்டவில்லை. ஆனால், அதே நேரத்தில் மனதில் உறுதியையும் பயமின்மையையும் நிறைவையும் கூட்டியது.

இந்த இருவரில் உண்மையில் வெற்றி பெற்றவர் யார்?

வாய்மையைப் பின்பற்றியவரே வெற்றி பெற்றவர். ஆகவே வாய்மையே வெல்லும் என்பது உண்மை.

வாய்மையைப் பின்பற்றினால் மனதிற்கு தைர்யம் வரும். மனதிலுள்ள அல்பமான பயம் நீங்கும். மனதில் நிறைவு ஏற்படும். வெறும் பொருள்களை மட்டுமே சேகரித்து வைப்பவரைக் கண்டு



பொறாமைப்படும் குணம் நீங்கும். நம்மையே நாம் பெருமிதமாகப் பார்க்கும் உணர்வும் (Self-validation) நம்மையே நாம் ஏற்றுக்கொள்ளும் பக்குவமும் (Self-acceptance) ஏற்படும். இதுபோன்ற பலனைக் கொடுக்கும் வாய்மையை விடுவதால் கிடைக்கும் லாபம் இரு கண்களை விற்று TV வாங்குவது போன்றதாகும்.

வாய்மையைப் பின்பற்றுவதால் சில நஷ்டங்கள் அவ்வப்போது வரலாம். ஆனால் லாபத்தைக் கணக்கிட்டுப் பார்த்தால் அடைந்த நஷ்டத்தை நஷ்டம் எனக் கூற முடியாது, முதலீடு என்றே கூறவேண்டும். வாழ்வில் எதையும் இலவசமாகப் பெறமுடியாது. தவத்தால் தான் எதையும் அடைய முடியும். வாய்மையைப் பின்பற்றுவதனால் வரும் நஷ்டங்களையும் கஷ்டங்களையும் தவம் என்று நாம் எடுத்துக் கொண்டால் வாய்மை எப்போதும் வெற்றியைத் தான் அடைகிறது. வாய்மையைப் பின்பற்றியதால் ஹரிச்சந்திரனுக்கு ஆரம்பத்தில் பல இன்னல்கள் வந்தன. இறுதியில் பெரும் நன்மை ஏற்பட்டது. ஒரு கோணத்தில் வாய்மை முதலில் தோற்றது, இறுதியில் வென்றது எனலாம். சற்று ஆழ்ந்து நோக்கினால் இறுதியில் அடையும் பெரும் நன்மைக்கு, முதலில் வந்த இன்னல்கள் தவமாகின்றன. அப்படியென்றால் வாய்மை எப்பொழுதுமே தோற்பதில்லை. ஒரு கோணத்தில் தோற்றது என ஆரம்பத்தில் எண்ணினாலும், உண்மையில் வாய்மைக்குத் தோல்வி என்ற அனுபவமே இல்லை.

எந்த ஒரு முக்கியமான பலனை அடையவேண்டும் என்று வாய்மையை விடுகிறோமோ, அந்தப் பலனை வாய்மையை விடுவதால் அடைய முடியாது. வாய்மையைப் பின்பற்றுவதால்தான் உண்மையில் நாம் விரும்பும் பலனை அடைய முடியும்.

பொய்மை எப்படிப்பட்ட பலசாலியையும் கோழையாக்கிவிடும். பொய்மையால் பொருள்களைக் குவிக்கலாம். ஆனால் அதை

அனுபவிக்கும் மனதை இழந்து விடுவோம். மனதிலுள்ள பொறாமை, பயம் போன்ற அசுத்தங்கள் பொய்மையால் வளர்கிறது. வாய்மை என்ற தர்மத்தால் மனம் பண்படுகிறது. நம் மனம் நமக்கு நண்பனாக மாறுகிறது.

*தர்மோ ரக்ஷதி ரக்ஷித:*

(உன்னால்) காக்கப்பட்ட தர்மம் (உன்னை) காக்கும்.

இது சான்றோர் கண்ட அனுபவம்.

ஆகவே வாய்மை என்ற மேலான தர்மத்தைப் பின்பற்றினால் தான் நாம் உண்மையில் எதை வெல்ல விரும்புகிறோமோ, அதை வெல்ல முடியும். நம் உயர்வுக்கு உண்மையான காரணமாக இருக்கின்ற வாய்மையே வெல்லும்.

## சொல் ஒழுக்கம்

மனதில் உள்ள எண்ணங்களை மற்றவர்களுக்குச் சொல் மூலமாகப் புரியவைக்கும் வாய்ப்பு மனிதனுக்கு மட்டுமே கிடைத்துள்ளது.

மிருகங்கள் ஏதோ ஒரு விதத்தில் தன் இனத்திற்குத் தன் உணர்வைப் புரிய வைக்கின்றன.

ஆனால், மனிதனுக்குப் பேச்சின் மூலம் உணர்வைப் பகிர்ந்து கொள்ளும் வாய்ப்பு கிடைத்துள்ளது. இந்த வாய்ப்பை சாபமாகவும் ஆக்கலாம்; அல்லது வரமாகவும் மாற்றலாம்.

பேசும் வாய்ப்பை நாம் வாய்மையால் வரமாக்குகிறோம். பொய்மையால் சாபமாக்குகிறோம்.

காலை எழுந்தவுடன் மனம் சற்று அமைதியாக இருக்கக்



காரணம் நாம் யாருடனும் பேச ஆரம்பிக்கவில்லை. நம்மிடமும் யாரும் பேசவில்லை. பேச ஆரம்பித்த சிறிது நேரத்திலேயே புண்படுத்துதலும் புண்படுதலும் நிகழ்கிறது.

நம் உணர்வுகளையும் அறிவையும் மற்றவர்களுக்குக் கொடுக்கும் கருவியே சொல் – அதாவது நமது பேச்சு. ஆனால் சொல் மற்றவர்களைத் தாக்கும் ஆயுதமாகவே கையாளப்படுகிறது. சொல் தீயைவிட சுடுவதால் தான், நாவினால் சுட்ட வடு ஆறாது என்றார் வள்ளுவர்.

சொல்லை ஹிம்ஸைக்கான கருவியாகப் பயன்படுத்தாமல் முறையாகக் கையாளும் பொழுது நம்முடைய சொற்கள் நமக்கும் மற்றவர்களுக்கும் நன்மையைத் தருகின்றன. நன்மைதரும் சொல்தானே வாய்மை.

நம்மிடமிருந்து வரும் சொற்கள் நான்கு நியமங்களுக்கு உட்பட்டிருக்க வேண்டும். அவை,

**1. ஸத்யம், 2. ஹிதம், 3. பிரியம், 4. மிதம்.**

இந்நான்கையும் மனதில் கொண்டு நாம் பேசினால் அதுவே வாக்கின் மூலம் கடைப்பிடிக்கும் தவம். இதுதான் சொல் ஒழுக்கம் அல்லது வாக்தபஸ் என்று அழைக்கப்படுகிறது.

### 1. ஸத்யம்

உண்மையைப் பேசுதல். இதையே வாய்மை என்று நாம் பார்த்தோம். வாய்மையைப் பின்பற்ற முடியாது என்பது தவறான கருத்து என்றும் வாய்மை மூன்று படிகளாக உள்ளதையும் பார்த்தோம். இவ்விதம் வாய்மையைப் பின்பற்றி பேசுதல் வாக்கால் செய்யப்படும் முதல் தவம்.

## 2. ஹிதம்

ஹிதம் என்றால் நன்மை. நன்மை தருவதைப் பேசுதல். இக்கருத்தும் வாய்மையில் கலந்துள்ளது. உண்மையை நன்மையின் பொருட்டு மறைக்கலாம், மாற்றியும் கூறலாம் என்று பார்த்தோம். நம்மிடமிருந்து வரும் சொற்கள் நமக்கும் மற்றவர்க்கும் நன்மையைக் கொடுக்கக் கூடியதாக அமைய வேண்டும்.

## 3. பிரியம்

நன்மைதரும் உண்மையை மென்மையாகக் கூறுதல். மற்றவர் மனம் புண்படாத விதத்தில் கூறுதல். இனிமையாகக் கூறுதல். கேட்பவர்கள் மனம் வேதனைப்படாத விதத்தில் பேசுதல். இவ்விதங்களில் பேசுதலே பிரியம். ஒரு தொழிலதிபர் தனக்குக் கீழ் வேலைபார்க்கும் கட்டிடத் தொழிலாளிகளிடம் கோபத்துடனும் கத்தியும் கடுமையாகவும் ஆணையிடுவது வழக்கம். இதை கவனித்த ஒரு பெரியவர் அவரிடம், நீங்கள் ஏன் மென்மையாக அவர்களிடம் ஆணையிடக்கூடாது! கோபப்பட்டு கடுமையாகக் கூறினாலும் அன்புடன் மென்மையாகக் கூறினாலும் அதே விஷயத்தைத் தானே கூறப்போகிறீர்கள். ஆகவே ஏன் சாந்தமாக அவர்களிடம் பேசக்கூடாது, என்று அவருடைய தவறான அணுகுமுறையைச் சுட்டிக் காட்டினார். தன் தவறை உணர்ந்த அந்தத் தொழிலதிபர் அதற்குப் பிறகு சாந்தமாக, பிரியமாகப் பேசப் பழகி அதன் மேலான பலனையும் உணர்ந்தார்.

நாகரீகமற்ற சொற்களைக் கையாளாமலும், இனிமையாகவும், கேட்பவர் மனதில் பயம் வருத்தம் போன்றவை தோன்றாத விதத்திலும் பேசவேண்டும்.

ஒரு ஸ்வாமிஜி மலை அடிவாரத்தில் குடிசை ஒன்றில் வசித்து வந்தார். ஸ்வாமிஜியின் இருப்பிடத்திலிருந்து சற்று தூரத்தில் வசித்து



வந்த எழுதப் படிக்கத் தெரியாத ஒருவர் ஸ்வாமிஜியிடம், உங்கள் குடிசையில் பூச்சி ஏதாவது வந்துவிட்டால் சப்தம் கொடுங்கள் நான் வருகிறேன் என்று கூறினார். இங்கு அவர் பூச்சி என்று கூறியது பாம்பைத்தான். பாம்பு என்ற சொல்லைக் கேட்டாலே மனதில் பயம் வரலாம் என்று பூச்சி என்று கூறினார். இவ்விதமாக சொற்களைக் கையாளுதல்தான் பிரியம் எனப்படுகிறது.

## 4. மிதம்

அளவாகப் பேசுதல். ஒருவர் தன்னுடைய மதிப்பை இழப்பதற்கு முக்கிய காரணம் அதிகமாகப் பேசுதல். எல்லோருமே பேசத்தான் விரும்புகிறார்கள். அப்படியெனில் கேட்பவர்கள் யார்! கேட்கும் மனநிலையை அடைந்தவர்கள் மிகக் குறைவு. கேட்கும் மனநிலையில்லாதவரிடம் பேசினால் அவருக்கு அதுதான் பெரும் வேதனை.

வயதானவர்கள் இளைய தலைமுறையினரிடம் மதிப்பை இழப்பதற்குக் காரணம், அவர்களுடைய தேவைக்கு அதிகமான பேச்சுதான். வயது ஆக ஆக, உடலில் உள்ள உறுப்புக்களான கைகள், கால்கள், கண்கள் போன்றவை செயல்படும் திறனை இழக்கின்றன. ஆனால் வாய் மட்டும் எவ்வளவு பேசினாலும் சலிப்பதில்லை. மற்ற உடல் உறுப்புக்கள் வழியாகச் சென்று கொண்டிருந்த மனதிற்கு, வயதான காலத்தில் வாய்மட்டும் எஞ்சி இருக்கிறது. ஆகவே வயோதிகத்தில் பேச்சு அதிகரிக்கிறது. அளவுக்கு மீறிப் பேசுதல் பேசுபவருக்கும் நன்மையைக் கொடுப்பதில்லை; கேட்பவருக்கும் நன்மையைக் கொடுப்பதில்லை.

சிறுவயதில் பேசக் கற்றுக்கொள்ள எவ்வளவு முயற்சி செய்தோமோ, அதைவிடப் பலமடங்கு முயற்சியும் பயிற்சியும் மேற்கொண்டால்தான் தேவைக்கு மேல் பேசாமல் இருக்க முடியும்.

## வாய்மையைப் பின்பற்ற வழிமுறைகள்

உரிய பயிற்சியால் தான் எந்த ஒரு நற்பண்பையும் அடையமுடியும். வாய்மை என்ற மேலான ஒழுக்கத்தைப் பின்பற்ற சில வழிமுறைகளைப் பார்ப்போம்.

### 1. வாய்மையின் மேன்மையை உணர்தல்

வாய்மையின் மேன்மையை உணர உணர வாய்மையைப் பின்பற்ற விருப்பம் அதிகரிக்கும். பிறகு விருப்பம் செயலாக உருவெடுக்கும்.

எது சரி, எது தவறு என்று அறிந்துள்ள அறிவைப் பொறுத்து ஒருவனுடைய மனப்பக்குவம் நிர்ணயிக்கப் படுவதில்லை.

தவறானதைப் பின்பற்றினால் என்ன விளைவு ஏற்படும் என்பதை எந்த அளவுக்கு ஒருவன் உணர்கிறானோ, அந்த அளவே அவன் பக்குவப்பட்டவனாகிறான்.

இது சரி இது தவறு என்று எளிதில் அனைவரும் அறிந்து விடுகிறார்கள். பொய் பேசுதல் தவறு என்று யாருக்குத்தான் தெரியாது? ஆனால் பொய்மையால் வரும் இழப்பைத்தான் உணர்வாரில்லை. ஏனெனில், பொய்மையால் கிடைக்கும் அல்ப பலன் மெய் அறிவை மறைத்து விடுகிறது.

ஹரிச்சந்திரனின் கதை உண்மை பேசவேண்டும் என்ற அறிவை மட்டும் புகட்டுவதற்காகக் கூறப்படவில்லை. வாய்மையைப் பின்பற்றுவதன் மேன்மையை உணர்த்தவே கூறப்பட்டுள்ளது. படிப்படியாக ஹரிச்சந்திரனுக்கு சோதனைகள் வருகின்றன. அந்த சோதனைகளைத் தாங்கும் சக்தியை வாய்மை கொடுக்கிறது. அவன் வாய்மையைப் பின்பற்றியதால் அனைத்துச் செல்வத்தையும் இழந்து நிற்கும் பொழுதும் மன தைர்யத்துடனும் மன நிறைவுடனும்



நின்றான். இறுதியிலும் வாய்மை அவனுக்கு மிக உயர்ந்த நிலையைக் கொடுத்தது.

வாய்மையை நாம் எளிதில் விட்டுவிடக் காரணம் வாய்மையின் பெருமையை உணராததுதான். வாய்மையின் பெருமையை உணர்ந்த மனதால் வாய்மையைத் தியாகம் செய்ய முடியாது.

ஒருவர் தன்னுடைய நண்பரிடத்தில் பெரும் தொகையைக் கொடுத்து வைத்திருந்தார். திடீர் என நண்பர் இறந்துவிட்டார்.

நண்பரின் மனைவியும் மகனும் அவரிடம் பணத்தைக் கேட்கும் பொழுது அவர், என்னிடம் பணத்தைக் கொடுக்கவில்லை எனப் பொய் சொல்லி நண்பரின் பணத்தை அவரே வைத்துக் கொண்டார். இவ்விதம் கிடைத்த பணத்தை வியாபாரத்தில் பயன்படுத்திச் செல்வத்தைப் பல மடங்கு ஆக்கினார். செல்வம் பெருகியபோதும் அவருடைய மனதில் நம்பிக்கையின்மை என்ற உணர்வு உருவெடுத்தது. அவரால் யாரையும் நம்பமுடியவில்லை. தன் மனைவி உணவில் விஷம் வைத்து விடுவாளோ என்பது போன்ற பயம் மனதில் குடிகொண்டு மனநோயாளியாக மாறினார்.

நாம் உலகத்தை ஏமாற்றுவது என்பது நாம் நம்மையே ஏமாற்றிக் கொள்வதாகும். நாம் மற்றவர்களிடம் நேர்மையாக இருப்பது நம்மையே நாம் காத்துக்கொள்வதாகும். இதுவே அறத்தின் ரகசியம்.

இவ்விதம் வாய்மையின் மேன்மையை உணர்வது வாய்மையைப் பின்பற்ற முதல் வழிமுறை.

வாய்மையின் மேன்மையை சாஸ்திரங்கள் கதை மூலமாக நமக்குப் புகட்டுகின்றன. வாய்மையைப் பின்பற்ற சாஸ்திரம் நமக்குக் கட்டளையும் இடுகிறது.

***ஸத்யம் வத***

உண்மையைப் பேசு என்று சாஸ்திரம் நமக்கு உபதேசிக்கிறது.

எதைப் பின்பற்ற முடியாதோ அதை சாஸ்திரம் உபதேசிக்காது.

எதை நாம் இயற்கையாக செய்வோமோ அதையும் சாஸ்திரம் உபதேசிக்காது. மூச்சுவிடு என சாஸ்திரம் உபதேசிக்காது.

எது நமக்கு நன்மையோ, எதை சற்று முயற்சியுடன் பின்பற்ற வேண்டுமோ, அதையே சாஸ்திரம் உபதேசிக்கும்.

உண்மை பேசுதல் சற்று கடினம்தான். ஆனால் உண்மையே பேசுவது என்பது பின்பற்ற முடியாத விஷயமல்ல.

சாஸ்திரத்தால் உபதேசிக்கப்பட்ட, மிக உன்னதமான வாய்மையின் மேன்மையை உணர்வோம். உய்வோம்!

## 2. தர்ம அனுஷ்டானம்

தர்ம நெறியிலிருந்து விலகி அதர்மத்தை அனுஷ்டிக்கும் பொழுது, செய்த தவறை மறைக்கப் பொய் பேசுதல் தவிர்க்க முடியாததாகிறது.

வாய்மையைப் பின்பற்றுவது கடினமாக இருக்கக் காரணம் அதர்மத்திலிருந்து முழுமையாக விலக வேண்டி இருப்பதே. திருடுதல், போதைப் பொருளைப் பயன்படுத்துதல், கடமையைச் செய்யாதிருத்தல், கருப்புப் பணத்தைச் சேர்த்தல் – இதுபோன்ற தவறுகளைச் செய்பவன் எப்படி வாய்மையைப் பின்பற்ற முடியும்! தர்மத்தைப் பின்பற்றி வாழும் பொழுது வாய்மையைப் பின்பற்றுவது எளிது. ஆகவே வாய்மையைப் பின்பற்ற நம்மிடம் உள்ள மற்ற தீய செயல்களை விடவேண்டும்.



## 3. மன உறுதி

பல சமயங்களில் தைர்யம் இல்லாததால் நாம் பொய் சொல்கிறோம். சில சமயம் நம் கடமையிலிருந்து நாம் தவறலாம், நம்மிடம் சில பலஹீனங்கள் இருக்கலாம். நம்முடைய குறைகளை மறைக்காது உண்மையைப் பேச மன உறுதி வேண்டும். தவறு செய்தல், பின் செய்த தவறை மறைத்தல். இதில் தவறை மறைத்தல் பெரிய தவறு ஆகிறது.

ஸ்வாமிஜி ஒருவர் தன் சிஷ்யனிடம் ஒரு கடிதத்தைத் தபால் பெட்டியில் போடச் சொல்லிக் கொடுத்தார். ஒரு வாரத்திற்குப் பிறகு சிஷ்யனை சந்திக்கும் பொழுது கடிதத்தை தபால் பெட்டியில் போட்டு விட்டாயா எனக் கேட்டார். சிஷ்யன் போட்டு விட்டேன் என பதில் கூறினான். ஆனால் சிஷ்யன் மறதியால் அந்தக் கடிதத்தைத் தன்னிடமே வைத்திருந்தான்.

இங்கு, கடிதத்தை தபால் பெட்டியில் போடாதது ஒரு தவறு. அதைவிடப் பெரிய தவறு தன் தவறை ஏற்றுக் கொள்ளாதது.

நம் குறைகளை மறைத்துக் கொண்டு இருக்கும் வரை அவை நம்மிடம் இருக்கும். செய்த தவறை ஏற்றுக் கொண்டு உண்மையைப் பேசும் மன உறுதி இருந்தால் விரைவில் நம் குறைகள் நம்மிடமிருந்து மறைந்துவிடும்.

நமக்குத் தகுதி இல்லாத பெருமையை நாம் ஏற்றுக்கொள்ளக் கூடாது. நாம் செய்யாத தவறை ஒருவர் நம் மீது சுமத்தினால் எவ்வளவு வேகமாக அதை நீக்க முயல்கிறோம். ஆனால் நம்மிடம் இல்லாத பெருமையை நம் மீது யாராவது ஏற்றிவைத்தால் நாம் அமைதியாக இருப்பதோடு மட்டுமன்றி அதை ரசிக்கவும் செய்கிறோம். இப் பொய் ஒழுக்கம் மிகவும் அல்பத்தனமானது. இந்த பலஹீனம் வாய்மையிலிருந்து விலகக் காரணமாகிறது. நம்மிடம்

இருக்கின்ற பெருமையை விளம்பரப்படுத்தாது இருத்தலே மேலான தவம். இல்லாத பெருமையைப் பேசுதல் கீழான குணம். நம் பேச்சை ஆராய்ந்தால் தற்புகழ்ச்சி அதிகம் இருப்பதை உணரலாம். தற்புகழ்ச்சியை விடுத்து நம்மிடம் உள்ள பலஹீனத்தை ஒப்புக் கொள்வதற்கு மனோபலம் அவசியமாகிறது.

குறைகள் நம்மிடம் இருப்பதில் தவறில்லை. உரிய முயற்சியால் களையலாம். குறைகளை மறைப்பது, நியாயப்படுத்துவது, இல்லாத பெருமையைப் பேசுவது போன்றவை தவறு. இந்த பலஹீனங்களை முதலில் நீக்க வேண்டும்.

## 4. வ்ரதமாக்குதல்

சில குறிப்பிட்ட தினங்களில் பலர் உண்ணாவ்ரதம் இருக்கிறார்கள். இன்று வ்ரதம் இருக்கிறேன் என்ற ஸங்கல்பம், வ்ரத தினத்தன்று அவர்களுக்கு எப்படிப்பட்ட பசியையும் தாங்கும் சக்தியைக் கொடுக்கிறது. ஆனால், வ்ரதம் இல்லாத தினங்களில் உணவில் கட்டுப்பாடு இருப்பதில்லை.

ஒரு சாதனையை வ்ரதமாகக் கையாளும் பொழுது அதைக் கடைப்பிடிப்பது சுலபம். ஒரு பண்பு நம் இயல்பாக மாறும் வரை அதை வ்ரதமாகக் கையாளவேண்டும். உணவில் முழுக்கட்டுப் பாட்டை அடைந்தவருக்கு வ்ரதம் தேவையில்லை. ஆனால் அந்தப் பக்குவம் வரும் வரை வ்ரதம் தேவைப்படுகிறது.

வாய்மையை வ்ரதமாகக் கையாள வேண்டும். இப்பொழுது எப்படி பொய்மை இயற்கையாக நம்மிடம் உள்ளதோ, அதுபோல் வாய்மை நம் இயற்கை குணமாக மாறும்வரை வ்ரதமாக எடுத்துக் கொள்ள வேண்டும்.



வ்ரதமாக்கும் முறை

நாம் வாய்மையை வ்ரதமாக மேற்கொண்டுள்ள விஷயத்தை யாரிடமும் கூறக்கூடாது. அதை மிகவும் ரகசியமாக வைத்திருக்க வேண்டும். முதலில் வாரத்தில் ஒரு தினத்தைத் தேர்ந்தெடுப்போம். புதன் கிழமை என்று வைத்துக் கொள்வோம். அன்று காலை 6 மணி முதல் காலை 10 மணி வரை நான் வாய்மையைக் கடைப்பிடிப்பேன் என்று வ்ரதம் நமக்குள் எடுத்துக் கொள்ள வேண்டும். அந்த நேரத்தில் இது வாய்மை நேரம் (Time for Truth) என்ற எண்ணம் நமக்குள் ஓடிக்கொண்டிருக்கும். மனதில் ஒருவிதமான விழிப்புணர்வு (Awareness) இருக்கும். வ்ரதமாகக் கையாளுதலின் முக்கிய நோக்கமே விழிப்புணர்வை உருவாக்கத்தான். அன்று 10 மணிக்கு மேல் நாம் எப்பொழுதும் போல் செயல்படலாம். இவ்விதம் சில வாரங்கள் பயிற்சி செய்தபின் 6 மணி முதல் 12 மணி வரை என காலத்தை நீட்டிக்க வேண்டும்.

இவ்விதம் முழுநாள் வாய்மை வ்ரதம்; பிறகு வாரத்தில் இரண்டு நாள் என்று படிப்படியாக உயர்த்தி வாழ்க்கையையே வாய்மையாக மாற்ற வேண்டும்.

விழிப்புணர்வை உருவாக்குதல் என்பது ஒரு கலை (Creating awareness is an art.). இங்கு இதைப் பேசக்கூடாது என எண்ணுவோம். ஆனால், அங்கு, அதைத்தான் பேசுவோம். அதிகமாக உண்ணக் கூடாது என எண்ணுவோம், அதிகமாகவே உண்ணுவோம். இவ்வாறு, நாம் விரும்பாததை நாமே ஏன் செய்கிறோம்?

விழிப்புணர்வு இல்லாத காரணத்தால் தான்.

விழிப்புணர்வை உருவாக்கவே பலவிதமான வ்ரதங்களை அனுஷ்டிக்கிறோம்.

கவனக்குறைவு அற்றவனாக இரு என உபநிஷத் நமக்கு எச்சரிக்கை விடுக்கிறது.

நாம் அடைய வேண்டிய பண்பை நம் கவனத்திற்குக் கொண்டுவர வ்ரதத்தைத் தவிர சிறந்த வழி இல்லை.

வாய்மை வ்ரதத்தை ரகசியமாக வைத்துக் கொள்ளுங்கள். இல்லை எனில் அந்த நேரத்தில் மக்கள் உங்களைச் சூழ்ந்து கொள்வார்கள்.

வாய்மையை வ்ரதமாகக் கையாளுதல் சாதாரணமாகவும் சற்று வினோதமாகவும் கூடத் தோன்றலாம். சில காலம் பயிற்சி செய்து பாருங்கள். எதிர்பார்த்ததற்கு மேல் பலனை அடைந்ததை உணர்வீர்கள்.

## 5. மௌனம்

மௌனத்தைக் கடைப்பிடிக்கப் பழகி விட்டால் அனேக பொய்யான பேச்சுக்களிலிருந்து தப்பித்துக் கொள்ளலாம்.

பொய் பேசாது இருத்தலும் வாய்மை என்று பார்த்தோம். பேசாமல் இருந்து பழகினால் வாய்மை மட்டும் அல்ல, மற்ற சில உயர்ந்த பண்புகளையும் அடைய முடியும்.

ஒன்றின் தரத்தை நிர்ணயிக்க பரிசோதிக்கும் கருவி இருக்கும். நாம் எந்த அளவு ஆன்மீகத்தில் உயர்ந்துள்ளோம் எனப் பரிசோதிக்கும் கருவி நம்மிடத்தில் இருந்து வரும் சொற்கள். நாம் அடைந்துள்ள பக்குவத்தை அளக்கும் கருவி நம் சொற்கள்.

எதைப் பேசுகிறோம், எப்படிப் பேசுகிறோம், எவ்வளவு பேசுகிறோம் என்பதைப் பொறுத்தே நம் நிலை நிர்ணயிக்கப்படுகிறது.



மற்றவர்கள் பேச்சை நாம் ஆராயும் அளவு நம் பேச்சை நாம் ஆராய்ந்து பார்க்கிறோமா!

ஆராய்ந்தால், மற்றவர்களின் குறையைப் பற்றியும் நம்மைப் பற்றிய பெருமையையும் நாம் பேசுவதைக் கண்டுகொள்ளலாம்; மற்றவரிடம் இருக்கும் பலஹீனங்களை இழிவுபடுத்தியும், விமர்சித்துக் கொண்டும், நம்மிடம் இருக்கும் பலஹீனங்களை நியாயப்படுத்தியும் நாம் பேசிக் கொண்டு இருப்பதைக் கண்டு கொள்ளலாம்.

நம் வாக்கினால் தான் நாம் நம்மையும் மற்றவர்களையும் துயரப்படுத்தி பாபத்தை அதிகம் சேகரித்துக் கொள்கிறோம்.

சூழ்நிலையைச் சரியாகப் புரிந்து அங்கு எதை, எவ்விதத்தில், எந்த அளவு பேச வேண்டுமோ, அந்த அளவு பேசும் சம நிலையை ஆரம்பத்தில் அடைய முடியாது. நம் பேச்சில் சம நிலையை அடைய மௌன வ்ரதம் மிகவும் துணை புரிகிறது.

பேசும் ஆற்றலை இறைவன் நமக்குக் கொடுத்துள்ளார். அதைப் பயன்படுத்தாமல் இருப்பதும் தவறு. தவறாகப் பயன்படுத்துவதும் தவறு.

உணவு விஷயத்தில் அதிகம் உட்கொள்ளுதல், அல்லது உணவை உட்கொள்ளாது வ்ரதம் இருத்தல் இவ்விரண்டும் சுலபம். அளவாக உட்கொள்ளுதல் மிகமிகக் கடினம். அதுபோல் தான் நம் பேச்சிலும்.

மௌனத்தை வ்ரதமாகக் கடைப்பிடிப்பதனால் பொய்மையைத் தவிர்க்க முடியும், தற்புகழ்ச்சியைத் தவிர்க்க முடியும், மற்றவர்களை இழிவுபடுத்துதலைத் தவிர்க்க முடியும், மன சஞ்சலத்தைத் தவிர்க்க முடியும். இதுபோன்ற பல நன்மைகள் மௌன வ்ரதத்தினால் நமக்குக் கிடைக்கின்றன.

நாம் கர்வத்தை விடவேண்டும். ஆனால் சுயமரியாதையைக் காக்கவேண்டும். அளவுக்கு மேல் பேசுவதால் சுயமரியாதை இழக்கப்படுகிறது. பேச்சு குறையக் குறைய சிந்திக்கும் திறன் அதிகரிக்கும். பிறர் பேசுவதைக் கேட்கும் மனநிலை கிடைக்கும். நாம் அறிவை அடைய வேண்டுமானால் பேச்சுக் குறைய வேண்டும்.

ஆஞ்சநேயருக்கு சொல்லின் செல்வன் என்ற பெயர் உண்டு. அவர் சொல்லைத் தன் கட்டுக்குள் வைத்தவர். ஆகவேதான் பக்தி, சேவை, பலம், ஞானம் இவை அனைத்திலும் முதன்மை பெற்றுத் திகழ்ந்தார்.

மௌனத்தைப் பின்பற்றி, வாய்மை என்ற பண்பை அடைவோம்.

## முடிவுரை

உண்மையைப் பேசுதல் வாய்மை என்ற போதிலும் பொய் பேசாதிருத்தலும், நன்மை பயக்கும் விதத்தில் பேசுதலுமே வாய்மை என்று பார்த்தோம். வாய்மையை நன்மையிலிருந்து பிரிக்க முடியாது என்பதைப் பார்த்தோம்.

இவ்வாய்மை மூன்று நிலைகளாகப் பின்பற்றப்படுகிறது.

1. **உண்மையை வெளிப்படுத்துதல்.**
2. **உண்மையை மறைத்தல்.**
3. **உண்மையை மாற்றி வெளிப்படுத்துதல்.**

இம் மூன்று படிகளில் முதல் நிலையில் நன்மை கிடைக்காத பொழுது இரண்டாம் நிலைக்கு வரவேண்டும். இரண்டாம் நிலையிலும் நன்மையில்லை எனில் மூன்றாம் நிலைக்கு வரவேண்டும். மூன்றாம் நிலை என்பது நன்மை தரும் பொய்மை.



வாய்மையின் தத்துவம் இவ்விதம் இருப்பதை அறிந்தால் வாய்மை பின்பற்ற முடியாத பண்பு அல்ல எனத் தெளிவாக உணர்வோம் என்று பார்த்தோம்.

பொய்மையால் உடனடி லாபம் இருப்பினும் உண்மையான, நாம் விரும்புகின்ற பலன் வாய்மையால்தான் கிடைக்கும் அதாவது வாய்மையே வெல்லும் என்றும் பார்த்தோம். நம்மிடம் இருந்து வருகின்ற சொல் எப்படிப்பட்டதாக இருக்க வேண்டும் எனப் பார்த்து வாய்மையைப் பின்பற்ற சில வழிமுறைகளைப் பார்த்தோம்.

ஒவ்வொருவரும், எதற்காகப் பொய் பேசிவருகிறோம் என்று ஆராய்ந்து, அந்த காரணங்களை நீக்கி வாய்மையைப் பின்பற்ற முயல வேண்டும்.

நம் முயற்சியினாலும் இறைவன் திருவருளினாலும் வாய்மையைப் பின்பற்றும் திறனை அடைவோமாக.

வாய்மையால் நம் வாழ்வு மலரட்டும்.

வாழ்த்துக்கள்.

# யாருக்கு விடுதலை?

## 1

***சிறைப்பட்ட பறவை கூண்டில் குடியிருக்கிறது.***
***விடுவிக்கப்பட்ட பறவை கூட்டில் குடியிருக்கிறது.***

யாருக்கு விடுதலை என்ற தலைப்பில் சிந்தனைகளைத் துவங்குகிறோம். ப்ருஹதாரண்யக உபநிஷத்தில் உள்ள ஒரு மந்திரத்தை மையமாக வைத்துக் கொண்டு இங்கு விசாரம் நடைபெற உள்ளது. விசாரத்தைத் துவங்கும் முன்... நமது சிந்தையில் சிவன் குடியிருந்து சித்தத்தில் உள்ள சிக்கலை அவிழ்த்துவிட வேண்டுதல் விடுப்போம்.

யாருக்கு விடுதலை என்ற வினா-வாக்கியத்தில் மேலும் சில வினாக்கள் ஒளிந்து கொண்டுள்ளன.

எதில் ஒருவன் சிறைப்பட்டுள்ளான்?

ஒருவனைப் பற்றியுள்ள பந்தத்தின் தன்மை என்ன?

விடுதலை அடைய வழி என்ன?

விடுதலை அடைந்தவனின் நிலை என்ன?

நாம் எடுத்துக்கொண்ட உபநிஷத் மந்திரத்திற்குள் இவ்வினாக்களுக்கான பதில்களைக் காணமுடியும்.

யாருக்கு விடுதலை என்ற கேள்விக்குப் பொதுவாக நாம் என்ன பதிலைக் கூறுவோம்?

யார் சிறைப்பட்டு இருக்கிறார்களோ, அவர்களுக்குத்தான் விடுதலை என்போம். இந்த பதில் முற்றிலும் சரியான பதில் ஆகாது. ஏனெனில் ஒருவன் பந்தப்பட்டிருந்தும், நான் பந்தப்பட்டுள்ளேன் என்று அறியவில்லை என்றால் அவனுக்கு ஏது விடுதலை?



சிறைப்பட்டதை உணராதவர்கள், விடுதலை என்பதையும் உணராதவர்களாகவே இருப்பார்கள். ஆகவே சிறைப்பட்டவர்களிலும், தாம் சிறைப்பட்டுள்ளோம் என்பதை உணர்ந்தவருக்கே விடுதலை.

கூண்டுக்குள் பிறந்து வளர்ந்த பறவை வெட்டவெளியில் சிறகடிக்கும் சுகத்தை அறியாது. அதுபோன்ற பறவைகளுக்கு சிறகுகளும் சுமைதான். எது கூண்டு, எது கூடு என்பது பறவைக்குத் தெரிந்தாக வேண்டும். உடலில் நோய் ஏற்பட்டு அந்த நோயின் அறிகுறிகள் எதுவும் தெரியாதபொழுது நோயை நீக்க யாரும் முற்படுவதில்லை. நோயை அறிந்தால்தானே, அதை நீக்க எண்ணம் வரும்! முதல் படியில், யாருக்கு விடுதலை என்ற கேள்வியின் பதில்: தான் பந்தப்பட்டுள்ளோம் என்ற அறிவு யாருக்கு வந்துள்ளதோ, அவர்களுக்கே விடுதலை.

சிலருக்கு உடலில் நோய் குடிகொண்டிருக்கும். நோய் உள்ளது என அவர்களும் அறிந்திருப்பார்கள். ஆனால் வைத்தியத்தைத் தள்ளிப் போட்டுக் கொண்டே செல்வார்கள். தாமதிப்பதனால் வரும் விளைவை உணராத, நோயை குணப்படுத்த வேண்டும் என்ற ஆர்வம் குறைந்தவர்களாக இருப்பார்கள். இவர்களுக்கு நோயிலிருந்து விடுதலை இல்லை. அதுபோல, நான் பந்தப்பட்டுள்ளேன் என்ற அறிவு ஏற்பட்டும் விடுதலை அடைய ஆர்வம் ஏற்படவில்லை எனில், அவர்களுக்கும் விடுதலை இல்லை. பந்தப்பட்டுள்ளதை அறிதல் ஞானம். அதிலிருந்து விடுதலை அடையவேண்டும் என்ற ஆர்வம் இச்சா. ஆர்வம் மிகுதியடைந்து பேராவலாக யாருக்கு உருவெடுத்துள்ளதோ, அவருக்கே விடுதலை என்ற இரண்டாம் படி.

விருப்பம் மிகும்பொழுதுதான் ஒருவர் செயலில் ஈடுபடுவார். விடுதலைக்கான செயலில் ஈடுபடுதல் க்ரியா. ஸாதனையின்றி ஸாதிப்பார் யாருமில்லை. அறிந்து, வேட்கை கொண்டு, செயலில் ஈடுபடுபவர்களுக்கே விடுதலை என்பது இறுதிப்படி. முதலில், நமது சிறைச்சாலை எது, கைவிலங்குகள் எவை, இவற்றின் தளைகளை அறுப்பது எப்படி, என்பது குறித்த ஞானம் வேண்டும். பந்தத்தின் அவலத்தையும் விடுதலையின் சிறப்பையும் உணர உணர விடுதலை

பெற வேட்கை ஏற்படும். வேட்கை என்பது தீவிரமான ஆசை. வேட்கைதான் நம்மைச் செயலில் தூண்டும். நாம் செயல்படக் காரணம் வேட்கை. விரும்பாத செயலை எவரும் செய்வதில்லை. விருப்பமின்றிச் செய்யப்படும் செயல் சிறப்படைவதும் இல்லை. ஞானமும் இச்சையும் இருந்தாலும் செயல் இல்லை என்றால் ஸித்தி அதாவது வெற்றி இல்லை. இங்கு செயல் என்பது சரியான முயற்சி.

யாருக்கு விடுதலை என்ற கேள்விக்கு இறுதியான பதில்: யார், தாம் பந்தப்பட்டுள்ளோம் என அறிந்து, அதிலிருந்து விடுதலை அடைய வேட்கை கொண்டு, சரியான முயற்சியில் ஈடுபடுகிறார்களோ, அவர்களுக்கே விடுதலை. அறிதல் - இச்சை கொள்ளுதல் - செயல்படுதல் இம்மூன்றும் முறையே ஞானசக்தி, இச்சா சக்தி, க்ரியா சக்தி என அழைக்கப்படுகின்றன. பாரதம் அடிமைப்பட்டு இருந்தபோது, பாரதியார் போன்றோர், நாம் அடிமைப்பட்டுள்ளோம் என்ற ஞானத்தை மக்களுக்குப் புகட்டினர். அடிமைத்தனத்தில் உள்ள மோஹத்தை நீக்குவதற்காக மக்களுக்கு விடுதலையில் விருப்பத்தைத் தூண்டினார்கள். மக்களுடன் சேர்ந்து விடுதலைக்கான செயலில் ஈடுபட்டு தேச விடுதலையை அடைந்தார்கள். ஞானம் - இச்சா - க்ரியா ஆகிய மூன்றில் முதலில் வேண்டுவது ஞானம். ஞானத்தைத் தொடர்ந்து இச்சை. இச்சையைத் தொடர்ந்து செயல். எந்த ஒன்றிலும் வெற்றிகாண விரும்பினால் இம்மூன்று நிபந்தனைகளும் பூர்த்தியாக வேண்டும்.

## மனித வாழ்வில் வேதம்

அறிவே அனைத்து செயலுக்கும் ஆதாரம் எனப் பார்த்தோம். அறிவின் அடிப்படையில் நமது வேட்கை. வேட்கையின் அடிப்படையில் நமது செயல். மனித வாழ்வில் அடைய வேண்டிய இறுதி லக்ஷியம் என்ன? அந்த லக்ஷியத்தை அடைய உகந்த ஸாதனைகள் எவை? இவ்வுலகம் யாரால் உருவாக்கப்பட்டது? உலகை உருவாக்கியவனுக்கும் நமக்கும் என்ன உறவு? இது போன்ற விஷயங்களில் நமக்கு ஞானத்தைக் கொடுக்கும் கருவியே வேதம். வேதத்தை மறை என்று அழைக்கிறோம். மறை என்றால் ரகசியம்



என்பது பொருள். தனக்குத் தெரிந்த ஒன்றைப் பிறருக்குக் காட்டாமல் மறைப்பதை ரகசியம் என்று பொதுவாகக் கருதுகிறோம். மற்றவர்களிடம் பகிர்ந்து கொள்ளாது பிறருக்குப் பயன்படாமல் மறைத்தல் லோபம் என்ற கீழான குணத்தின் விளைவு. பொருள், கலை, கல்வி இவற்றை நாம் மறைத்தால் அது நம்மிடமே மறைந்து போகும். இங்கு நாம் வேதத்தை மறை என்று கூறுவது மற்றவர்களுக்குக் கொடுக்காமல் மறைத்து ரகசியமாக வைக்க வேண்டும் என்ற பொருளில் அல்ல. வேதத்தை மறை என்று சொல்வதன் சரியான பொருள்:

1. வேதமானது கண்போன்ற புலன்களால் அறிய முடியாத உண்மைகளை நமக்குக் கூறுகிறது.
2. வேதம் புகட்டும் அறிவு மிகவும் அரிதானது.
3. இந்த அறிவு மிகவும் மேலானது.

ஆக, ரகசியம் என்றால் புலன்களுக்குக் கிட்டாத, அரிதான, மேலான ஞானத்தைத் தன்னுள் வைத்திருக்கும் ஓர் அறிவுப் பொக்கிஷம். வேதம் கூறும் இரண்டு ரகசியங்களை இனி பார்ப்போம். அந்த ரகசியங்களை அறிந்து அதனால் அடைய வேண்டிய பலனை அடைந்தால் அப்பொழுது -

***விட்டு விடுதலையாகி நிற்பாய் - அந்தச்***
***சிட்டுக் குருவியைப் போல.***

✶ ✶ ✶

2

***இன்பமும் நன்மையும் என்முன் நிற்க***
***இன்பத்தைத் துறந்து நன்மையைத் தொடர***
***இறைவா, எனக்கு அருள்புரிவாய்.***

## வேதம் கூறும் இரண்டு ரகசியங்கள்

முதலாவது, தர்மத்தைப் பற்றியது. இரண்டாவது, ப்ரஹ்மனைப் பற்றியது.

முதலில் தர்ம விஷயத்தில் என்ன ரகசியத்தை வேதம் நமக்குக் கூறுகிறது என்று பார்த்துவிட்டுப் பிறகு ப்ரஹ்ம விஷயத்தில் என்ன ரகசியத்தைக் கூறுகிறது என்பதைப் பார்ப்போம்.

மனிதர்கள் வாழ்வில் இன்பங்களை அனுபவிக்கிறார்கள். இன்பத்தை இலக்காகவும் நாடி வருகிறார்கள். இன்பம் ஒருவனுக்குக் கிடைக்க என்ன காரணம் என்று கேட்டால் ஒவ்வொருவரும் ஒவ்வொரு பதிலைக் கூறுவார்கள். ஒவ்வொரு காலத்திலும் ஒவ்வொரு பொருளைக் கூறுவார்கள். கண், செவி போன்ற புலன்கள் எப்பொருளோடு இணக்கம் வைக்கும் பொழுது இன்பம் என்ற அனுபவம் கிடைக்குமோ, அந்தப் பொருளையே இன்பத்திற்குக் காரணமாகக் கூறுவர். பொதுவாக, பணம், உறவினர்கள், நண்பர்கள், உடைமைப்பொருள்கள், பதவி போன்றவற்றை இன்பத்திற்குக் காரணமாகக் காட்டுவார்கள். ஒரு குழந்தை பலூனை இன்பத்திற்குக் காரணமாகக் காட்டும். இங்கு வேதம் கூறும் ரகசியம் என்னவென்றால், ஒருவன் இன்பம் அனுபவிப்பதற்குத் தேவையான பொருளை அவனிடம் சேர்ப்பது கண்ணுக்கு புலப்படாத புண்ணியம்தான். சுகத்தை நாம் அனுபவிக்கக் காரணம் புண்ணியம். அதுபோல் துயரத்தை அனுபவிக்கக் காரணம் பாபம். இதுவே வேதம் கூறும் ரகசியம்.

நான் இன்பத்தை அனுபவிக்கவோ துன்பத்தை அனுபவிக்கவோ புண்ணியமும் பாபமும் எனக்குத் காரணமாகத் தெரியவில்லையே என்றால், தெரியாததால்தான் இதை வேத ரகசியம் என்கிறோம்.



இன்பத்தைக் கொடுக்கும் பொருளோடு நம்மைச் சேர்ப்பதும், அப்பொருளோடு தொடர்பு கொள்ள வைப்பதும் புண்ணியமே. பொருள்கள் நம்மைச் சுற்றி இருந்தும் புண்ணியம் இல்லை எனில் இன்பம் இல்லை. இனிப்புக்கடை வைத்துள்ளவர்க்கு சர்க்கரை வியாதி வந்தால் ஏது இன்பம்! யாரும் துன்பத்தை வரவேற்பதில்லை. இருப்பினும் துன்பம் வரக் காரணம் பாபம். கண்ணுக்குப் புலப்படாத புண்ணிய - பாபமே நமது சுக - துக்கங்களுக்குக் காரணம் என்பது வேத ரகசியம். இதை அறிந்தவுடன் நம் மனதில் தோன்றுவது என்ன?

எப்படிப் புண்ணியத்தைச் சேர்ப்பது,
எப்படிப் பாபத்தைத் தவிர்ப்பது என்பதே.

இதற்கான வழிகளையும் வேதம் புகட்டுகிறது. அதுமட்டுமின்றி, புண்ணியத்தை எப்படிப் பயன்படுத்தினால் மோக்ஷத்தை அடையமுடியும் என்பது போன்ற நமக்குத் தெரியாத ரகசியங்களையும் காட்டித் தருகிறது.

## புண்ணிய உபாயம்

தர்மத்தைக் கடைப்பிடிப்பதால் புண்ணியமும், அதர்மத்தைச் செய்வதால் பாபமும் ஏற்படுகின்றன. மற்றவர்களுக்குத் துயரத்தைக் கொடுக்காது நாம் மேற்கொள்ளும் நற்செயல்களும் நற்பண்புகளும் தர்மம். மற்றவர்களுக்குத் துயரத்தைக் கொடுத்தலும் தீய குணங்களும் அதர்மம். எது சரி எது தவறு என்ற அறிவை அடைந்து சரியானதைப் பின்பற்றிப் புண்ணியத்தைச் சேர்க்கமுடியும். மேலும், வேதத்தில் புண்ணியத்தைச் சேர்க்க பல கர்மாக்களும் பலவிதமான தியானங்களும் கூறப்பட்டுள்ளன. இந்த வழிகளில் புண்ணியத்தைத் தேடி, பாபத்தைத் தவிர்ப்பது வாழ்வில் நமது முதல் இலக்காகும்.

## ச்ரேயஸ் - ப்ரேயஸ்

நாம் தேடிவைத்த புண்ணியம் நாம் ஈட்டிய பணத்தைப்போல. பணத்தை எதற்கு வேண்டுமானாலும் பயன்படுத்தலாம். அதேபோல புண்ணியத்தை இன்பத்திற்காகப் பயன்படுத்தலாம், அல்லது

நன்மைக்காகப் பயன்படுத்தலாம். இன்பம் ப்ரேயஸ் என்றும், நன்மை ச்ரேயஸ் என்றும் அழைக்கப்படுகின்றன. இன்பம் வேறு, நன்மை வேறு. நம் வாழ்வில் ஒவ்வொரு அடியிலும் இன்பமும் நன்மையும் நம் முன் நிற்கின்றன. அறிவிலிகள் நன்மையை விட்டு இன்பத்தைத் தேர்ந்தெடுத்து இறுதியில் துயரத்தில் மூழ்குகிறார்கள்.

உதாரணமாக, நாம் சாப்பிடும் பொருள்களைப் பார்த்தால், நாவுக்கு இன்பத்தைத் தரும் பொருள்கள், உடலுக்கு நன்மை பயக்கும் பொருள்கள் எனப் பிரிக்கலாம். உடலுக்கு வலிமையைத் தரும் பொருளை விடுத்து நாவுக்கு இன்பத்தைத் தரும் பொருளையே தேர்ந்தெடுப்பது நம் இயல்பாக உள்ளது. அதன் விளைவு தாற்காலிகமான சுகமும் பிறகு நோயும். அதுபோல கண், செவி போன்ற புலன்களையும் நாம் இன்பத்திற்காகவோ நன்மைக்காகவோ பயன்படுத்தலாம். நற்கர்மங்களையும் தவத்தையும் செய்து கிடைக்கும் பலனை நாம் நன்மைக்காகவோ சுகபோகங்களுக்காகவோ செலவிடலாம்.

புராணத்தில் அசுரர்கள் தவம் செய்து தவத்தின் பலனாக இன்பத்தை வேண்டுவார்கள். ஆனால் நாம் ஈட்டிய புண்ணியத்தை நன்மைக்காகப் பயன்படுத்தும் பொழுது நமக்குக் கிட்டும் உயர்வு மிகவும் மேலானது. ப்ரேயஸை விடுத்து ச்ரேயஸைத் தேர்ந்தெடுப்பவனை தீரன் என்று உபநிஷத் போற்றுகிறது. நன்மையைத் தேர்ந்தெடுத்தல் என்பது, உணவின் மூலம் உடலுக்கு ஆரோக்கியத்தைத் தேர்ந்தெடுப்பது போல, மனதுக்கு ஆரோக்கியத்தைத் தேர்ந்தெடுத்தல் - அதாவது மனதைத் தூய்மைப்படுத்துதல் - மனதில் பேராசை, பொறாமை, கோபம், கர்வம், பயம் போன்ற நோய்கள் குடிகொண்டு இருக்கின்றன. இந்த நோய்களை நீக்கி, மனதைத் தூய்மைப்படுத்தி, புத்தியில் உள்ள மோஹத்தையும் அறியாமையையும் நீக்கி, அதனால் அடையப்படுவதே உண்மையான விடுதலை. நாம் செய்யும் நற்செயல்களிலிருந்து கிடைக்கும் பலனை மனத் தூய்மைக்காகப் பயன்படுத்துவதையே ஆன்மீக முன்னேற்றம் என்று அழைக்கிறோம். இந்த முன்னேற்றத்தில் ஒருவன் அடையும் இறுதிப் பலனே மோக்ஷம் அல்லது விடுதலை.



ஆகவே, நன்மையைத் தேர்ந்தெடுக்கும் பொழுது ஒருவன் விடுதலைக்குத் தயார் ஆகிறான். அவனுக்கே வேதம் கூறும் இரண்டாவது ரகசியம் விளங்கும்.

✶ ✶ ✶

# 3

## *தன்னையறிந்தால் தனக்கொரு கேடில்லை.*

வேதம் கூறும் இரண்டாவது ரகசியம் பரம்பொருளைப் பற்றியது. அதாவது ப்ரஹ்ம விஷயத்தைப் பற்றியது என்று பார்த்தோம். ப்ரஹ்மனைப் பற்றிய அறிவை வேதத்தின் எந்தப் பகுதி நமக்குக் கொடுக்கிறதோ, அந்தப் பகுதியை உபநிஷத் என்று அழைக்கிறோம். பொதுவாக, உபநிஷத், வேதத்தின் இறுதியில் வருவதால் உபநிஷத்தை வேதாந்தம் என்றும் கூறுகிறோம். வேதாந்தம் என்றால் வேதத்தின் இறுதிப்பகுதி என்று பொருள். இங்கு எது மெய்ப்பொருள், எது பொய்ப்பொருள் என்ற ஆய்வு நடைபெறுகிறது. வேதத்தின் முதல் பகுதியோ கர்மத்தைப் பற்றியது. இறுதிப் பகுதியோ உண்மைத் தத்துவத்தைப் பற்றியது.

இந்த நூலில் நாம், ப்ருஹதாரண்யக உபநிஷத்தில் அமைந்துள்ள ஒரு மந்திரத்தை விளக்கமாக ஆராய முற்படுகிறோம். முதலில் அந்த மந்திரத்தையும், அதன் சொற்பொருளையும் பார்ப்போம்:

ஆத்மானம் சேத் விஜானீயாத் அயமஸ்மீதி பூருஷ: |
கிமிச்சன் கஸ்ய காமாய சரீரமனுஸம்ஜ்வரேத் ||

(4-4-12)

ஒரு மனிதன், நான் இந்தப் பரமாத்மாவாக இருக்கிறேன் என்று தன்னை அறிவானாகில், அவன் எதை விரும்புபவனாக, யாருடைய

பிரயோஜனத்திற்காக உடலைக் காரணமாகக் கொண்டு துயருறுவான்!

இம்மந்திரத்தின் உட்பொருளை ஓரளவு ஆராய்ந்து பார்த்தால் நம் அனைத்துக் கேள்விகளுக்கான விடைகளும் கிடைத்துவிடும். முதலில் இம்மந்திரத்தின் சொற்பொருளைப் பார்ப்போம்.

பூருஷ: : ஒரு மனிதன்

(இங்கு ச்ரேயஸைத் தேர்ந்தெடுத்த ஸாதகனை இச்சொல் குறிக்கிறது.)

ஆத்மானம் : தன்னை

அயம் : இதுவாக
(அதாவது பரமாத்மாவாக)

அஸ்மி : இருக்கிறேன்

இதி : என்று

விஜானீயாத் சேத் : அறிவானாகில்

(சேத் என்பது ஓர் இடைச்சொல். இச்சொல், 'அரிது' என்ற பொருளில் இங்கு வந்துள்ளது. தன்னைப் பரமாத்மாவாக அறிதல் அவ்வளவு எளிதல்ல என்பது பொருள்.)

கிம் இச்சன் : எதை விரும்புபவனாக

(இந்த அறிவை அடைந்தால் ஆசையில் இருந்து விடுதலை அடைவான் என்பதே இங்கு இவ்விதம் கூறப்படுகிறது.)

கஸ்ய காமாய : யாருடைய பிரயோஜனத்திற்காக

(மற்றவர்களை த்ருப்திப்படுத்த இவன் துயரப்படுவதில்லை. இவனும் த்ருப்தி அற்றவனாக இல்லை என்பது பொருள்.)



சரீரம் : உடலை நிமித்தமாகக் கொண்டு

அனுஸம்ஜ்வரேத் : துயருறுவான்!

(உடல் நிமித்தமாக இவன் துயருறுவதில்லை என்பது பொருள்.)

இம்மந்திரத்தின் முதல் வரியில் தன்னை எப்படிப்பட்டவனாக அறிய வேண்டும் என்ற ஞானத்தைக் கொடுத்து, இரண்டாவது வரியில் அந்த ஞானத்தின் பலன் கூறப்பட்டுள்ளது.

தன்னை உடலுடன் கூடியவனாக அறியாமல், அழிகின்ற உடலுக்கு வேறான தூய அறிவுரூபமான பரம்பொருளாக அறியும்பொழுது ஒருவன் மனதில் இன்னல்படுத்திக் கொண்டுள்ள ஆசைகள் நீங்கும். ஞானத்திற்கு முன் பொருள்கள் மோஹவசத்தில் ஆழ்த்துகின்றன. ஞானத்திற்குப் பின் பொருள்களின் மோஹவசத்தில் ஆழ்த்தும் தன்மை அற்றுப்போகிறது. மோஹவசத்தில் ஆழ்த்திய பொருள்களுக்கு மோஹத்தில் வீழ்த்தும் தன்மை இழக்கப்படுகிறது. உடலுக்கு வருகின்ற சங்கடங்கள் தனக்கு வருவதில்லை. இவ்விதங்களில் ஞானத்தின் பலனான மோக்ஷம் விளக்கப்படுகிறது.

இம்மந்திரத்தில் உள்ள ஒவ்வொரு சொல்லையும் எடுத்துக் கொண்டு விரிவாகப் பார்ப்போம். இம்மந்திரத்தில் ஐந்து முக்கியமான கருத்துக்கள் அடங்கி உள்ளன:

1. ஜீவனின் நிலை
2. ஜீவன் மேற்கொள்ள வேண்டிய ஸாதனைகள்
3. ஜீவனின் சொரூபம்
4. பரமாத்மாவின் சொரூபம்
5. மோக்ஷத்தின் தன்மை

✶ ✶ ✶

4

***துய்த்தால் துயரம்; துறக்கத் துணிவில்லை.***

இம்மந்திரத்தில் 'சேத்' என்ற சொல்லில் 'அரிது' என்ற கருத்து குறிப்பிடப்படுகிறது. தன்னைப் பற்றி அனைவரும் அறிந்திருந்த போதிலும் தன்னைப்பற்றி சரியாக அறிதல் அரிதிலும் அரிது. ஒரு சம்பவம் –

ஓர் இளைஞர் மருத்துவரிடம் சென்றார். மருத்துவர் 'நீங்கள் என்ன செய்கிறீர்கள்?' என்று கேட்டார். 'நான் வீட்டைத் துறந்து ரிஷிகேஷத்தில் வேதாந்தம் படிக்கப் போகிறேன்' என்றார் இளைஞர். மருத்துவர் அதிர்ச்சியுடன் 'உனக்குப் பைத்தியம் பிடித்துவிட்டதா?' என்று கேட்டார்.

''பைத்தியம் உங்களுக்குத்தான். நீங்கள் தெளிவாக இருந்தால் என் கேள்விக்கு சரியான பதிலைக் கூறுங்கள்'' என்றார் இளைஞர். மருத்துவரும் ''சரி'' என்றார்.

''நீங்கள் யார்?'' என்று கேட்டார் இளைஞர்.

''நான் டாக்டர்'' என்றார் மருத்துவர்.

''டாக்டர் என்பது தொழிற்பெயர். நான் உங்கள் தொழிலைக் கேட்கவில்லை. உங்களைப் பற்றிக்கேட்கிறேன்'' என்றார் இளைஞர்.

டாக்டர் சற்று யோசித்து ''நான் மனிதன்'' என்றார்.

''மனிதன் என்பது இனப்பெயர். ஆடு, மாடு, யானை என்ற பல்வேறு உயிரினங்களுள் ஒன்றைக் குறிப்பதே மனிதன் என்பது. நான் உங்கள் இனத்தைக் கேட்கவில்லை, உங்களைப் பற்றிக் கேட்கிறேன்'' என்றார் இளைஞர்.

''நான் கந்தசாமியின் மகன்'' என்றார் டாக்டர்.



''உங்களைப் பற்றி நான் கேட்கிறேன். யாருடன் எந்த உறவு எனக் கேட்கவில்லை'' என்றார் இளைஞர்.

சற்று நிதானித்தார் டாக்டர். 'நான் யார்' என்ற கேள்விக்கான சரியான பதில் சுலபம் அல்ல என்பது டாக்டருக்குப் புரிய ஆரம்பித்தது. இவ்விதம், 'நான்' என்ற சொல்லைப் பற்றிய சரியான அறிவு நமக்கு இல்லை என்ற அறிவும் அற்றவர்களாக இருக்கிறோம். இந்த 'நான்' தற்பொழுது எப்படி உள்ளது என்பதை முதலில் பார்க்கப்போகிறோம்.

## விலங்குகள்

நாம் இப்போது எப்படி பந்தப்பட்டுள்ளோம்?

நம்மைக் கட்டிய விலங்கின் தன்மை என்ன என்பதை உணர்வது முக்கியமாகிறது.

மனிதர்கள் பொருள், உறவு, சூழ்நிலை, பணம் போன்றவற்றை நாடிக்கொண்டே இருக்கிறார்கள். இவை இல்லாமல் இன்பத்தை அடைய முடியாத காரணத்தினால் இவற்றை நாடுகிறார்கள். நாம் நாடுகின்ற பொருள்களை அடையும்பொழுது இன்பம் கிடைக்கிறது என்பது உண்மைதான். ஆனால், எந்தப் பொருள்களிடமிருந்து இன்பத்தை ஒரு சமயத்தில் அடைந்தோமோ, அதே பொருள்களின் நிமித்தமாகத் துன்பத்தையும் அனுபவிக்கிறோம். எந்த உறவினர்கள் நிமித்தமாக மகிழ்ந்தோமோ, அவர்களே நம்மைச் சொல்லாலும் நடத்தையாலும் துயரப்படுத்துகிறார்கள். நமக்குப் பொருளாலும் மற்ற மனிதர்களாலும் துயரம் வருவதால் அவற்றை விட்டுவிடலாம் என்றால், அதுவும் முடியவில்லை. நாடாமலும் இருக்கமுடிவதில்லை; நாடி அடைந்த பொருள்களோடும் இருக்கமுடிவதில்லை. இவ்விதம் விழுங்கவும் முடியாமல், விலக்கவும் முடியாமல் இவ்வுலகில் வாழும் வாழ்க்கையை சாஸ்த்ரம் 'ஸம்ஸாரம்' என்கிறது. நீர்ச்சுழல் ஒருவனை கரைக்கும் தள்ளாமல், மூழ்கவும் வைக்காமல், சுழற்றிக் கொண்டிருப்பது போல் மனித வாழ்வு எதிலும் பிடிப்பின்றி சுழல்கிறது. ஒருவர் திருமண வாழ்க்கை மேற்கொள்வதா வேண்டாமா

என்ற குழப்பத்தில் இருக்கும் பொழுது தன் குருவுக்கு இவ்விதம் கடிதம் எழுதினார்:

‘‘குருநாதரே! உறவா! துறவா! என்பதில் குழம்புகிறேன். துறவுக்குத் துணிவில்லை. உறவுக்கும் அஞ்சுகிறேன். சுதந்திரமாக இருக்கும் தனிமையை இழக்க பயம். தனியாகவே இருக்கவும் பயம். சேர்ந்தால் கலகம், தனிமையில் சூன்யம்.’’

இந்நிலையே பந்தம் அல்லது ஸம்ஸாரம்.

பொருள்கள் கொடுக்கின்ற இன்பத்தை விடமுடியவில்லை. துன்பத்தைத் தாங்க முடியவில்லை. சிறிய பாம்பு பெரிய தவளையைப் பிடித்துவிட்டது. விடவும் மனமில்லை, விழுங்கவும் முடியவில்லை. இந்தத் தவிப்பே பந்தம்.

அர்ஜுனன் போரிட வந்தான். குழப்பம் தோன்றியது, போரிடவும் திறனற்றவனானான். போர்க்களத்திலிருந்து செல்லவும் மனமில்லை. இதுபோன்ற நிலையில் கட்டுண்டு கிடக்கிறார்கள் மனிதர்கள். உலகுடன் இன்புற்றிருக்கவும் முடியவில்லை. உலகை விடவும் முடியவில்லை. இந்த நிலையில் நாம் இருக்கக் காரணம் என்ன?

## பந்தத்தின் விலாசம்

ஒருவரை சந்திக்க அவரின் வீட்டு விலாசத்தை அறிந்து அவர் குடியிருக்கும் வீட்டை அடைவதுபோல், பந்தம் குடிகொண்டிருக்கும் இடத்தை ஆராய்வோம். அதாவது, இப்படிப்பட்ட தன்மையுடைய பந்தத்திற்குக் காரணம் என்ன என்பது நமது அடுத்த சிந்தனை.

எந்த ஒன்றுக்கும் காரணம் இருந்தே ஆகவேண்டும். காரணமின்றி எதுவும் தோன்றி மறைவதில்லை. காரணங்கள் பல படித்தரங்களில் இருக்கும். உதாரணமாக நாம் அணிந்திருக்கும் சட்டைக்கு எது காரணம் என்றால் துணி என்போம். இது சரியான பதில்தான். ஆனால் துணிக்குக் காரணம் என்ன என்றால் நூல் என்போம், நூலுக்குக் காரணம் பருத்தி, பருத்திக்குக் காரணம் பூமி



என்றெல்லாம் காரணத்துக்குக் காரணம் என்று நாம் மூலகாரணம் வரை செல்லலாம். மேலோட்டமான பார்வைக்கு ஒரு காரணம் தெரியும். ஆராய, ஆராய காரணம் ஆழ்ந்து சென்று கொண்டே இருக்கும். இப்பொழுது நமது விலங்குகளுக்கு அதாவது பந்தத்திற்கு மூலகாரணம் என்ன என்ற ரகசியத்தைக் கண்டறிவோம். நாம் படும் அல்லல்களுக்கு மேலோட்டமாகத் தெரியும் முதல் காரணம் பொருள்கள், சூழ்நிலைகள், மற்றவர்கள் நம்மை நடத்தும் விதம், மற்றவர்கள் நம்மைக் குறித்துப் பேசுகின்ற சொற்கள் போன்றவை. ஆழ்ந்து சிந்திக்காது பார்க்கும் பொழுது இவையெல்லாம் காரணம்தான். சற்றே சிந்தித்துப் பார்த்தால் வெளிப்பொருள்களோ, சூழ்நிலைகளோ நம் மனத்துயரத்துக்குக் காரணம் அல்ல என்பது புரியும். நாம் விரும்பும் ஒருவர் இறந்துவிட்டார் எனில் முதல் நாள் துயரம் அதிகம். சில நாட்களுக்குப் பிறகு துயரம் குறைவதைப் பார்க்கிறோம். அவர் இறந்து விட்டார் என்ற வெளிச் சூழ்நிலை முதல் நாளும் மூன்று மாதம் கழித்தும் அப்படியே இருக்கிறது. ஆனால் துயரத்தின் நிலையில் மாற்றம். குழந்தையாக இருக்கும் பொழுது பலூன் உடைந்தால் துயரம். வளர்ந்தவருக்கு அவ்விதம் இல்லை. இதிலிருந்து நம் துயரத்துக்குக் காரணம் வெளியே இல்லை. வெளிச் சூழலைப் பொருள்படுத்தும் நம் மனமே நம் துயரத்திற்குக் காரணம் என்பது நாம் சிந்திக்கும் பொழுது கிடைக்கும் அறிவு. மேலும் ஆழ்ந்து சிந்தித்தால் மனம் எப்பொழுதும் நமக்குத் துயரத்தைக் கொடுப்பதில்லை. இன்பத்திற்கும் மனமே கருவியாக உள்ளது. மனதில் எப்பொழுது ஆசை, கோபம், பொறாமை, மோஹம், லோபம் போன்றவை தோன்றுகின்றனவோ, அப்பொழுதுதான் துயரம். ஆகவே, நமது துயரத்திற்குக் காரணம் மனம் மட்டும் அல்ல. மனதிலுள்ள தீய குணங்கள். இந்தத் துயரப்படுத்தும் தீய குணங்களுக்குக் காரணம் என்ன என்று பார்த்தால் இவை மனதிலுள்ள நிறைவின்மையிலிருந்தே தோன்றுகின்றன. பூர்ணமாக மனம் நிறைந்து இருக்கும் பொழுது ஆசை, கோபம், பொறாமை, இவைகளுக்கு இடமேது!

மனதுக்கு ஏன் நிறைவின்மை தோன்றியது? மனதில் ஏன் வெற்றிடம் தோன்றுகிறது? இந்த நிறைவின்மையின் காரணத்தை நாம் வேதாந்த சாஸ்த்ரத்தின் துணை கொண்டே அறிய முடியும். மனதின் நிறைவின்மைக்குக் காரணம் மனதில் உண்மைப் பொருளைப் பற்றிய அறிவு இல்லாததே. உடல், மனம் போன்ற உண்மைக்கு மாறானவற்றை உண்மையாகக் கருதி, அவற்றின் தன்மைகளைத் தனதாகக் கொண்டு, மனம் இந்த நிறைவின்மையை அடைந்துள்ளது. ஆகவே, நமது பந்தத்துக்கு மூலகாரணம் உண்மைப் பொருள், மெய்ப்பொருள், ப்ரஹ்மன், ஆத்மா என்றெல்லாம் அழைக்கப்படும் தத்துவத்தைப் பற்றிய அறியாமை. ஆத்ம அஞானமே பந்தத்தின் மூலகாரணம். நம்முடைய அனுபவத்தில் அஞானம் துயரத்துக்கான காரணமாகத் தெரியாது. ஆனால், சிந்தனையின் மூலம் இந்த உண்மையை உணரமுடியும்.

மந்திரத்தில் *பூருஷ:* என்ற சொல்லின் விளக்கம் பார்த்தாகிவிட்டது. எந்த மனிதன் பந்தத்தின் தன்மையையும் அதற்கான காரணத்தையும் அறிந்து காரணத்தை நீக்க ஸாதனைகளை மேற்கொள்ளும் ஸாதகன் ஆகின்றானோ, அவனையே இங்கு *பூருஷ:* என்ற சொல் குறிக்கிறது.

இதுவரை பந்தத்தின் தன்மையையும் அதற்கான மூலகாரணத்தையும் பார்த்தோம். இனி பந்தத்தை நீக்கும் உபாயத்தைப் பார்க்கலாம்.

✶ ✶ ✶

## 5

***அன்பர் பணி செய்ய எனை ஆள் ஆக்கி விட்டுவிட்டால்***
***இன்பநிலை தானே வந்தெய்தும் பராபரமே.***

பந்தத்தை நீக்க மேற்கொள்ளவேண்டிய ஸாதனைகளைப் பார்க்கலாம். பந்தத்துக்கு மூலகாரணம் அஞானம் என்றால் அஞானத்தை நீக்க ஒரே வழி ஞானத்தை அடைதல். அதுதான் மந்திரத்தில் விஜானீயாத் - அறிய வேண்டும் - என்று கூறப்பட்டுள்ளது. முதலில் அறியாமையின் தன்மையைப் பார்ப்போம். அறியாமை அல்லது அஞானம் என்பது இருளைப்போல மறைக்கும் தன்மையுடையது. இருக்கின்ற பொருளை மறைப்பது இருள். அதுபோல் அறியாமையும் இருப்பதை மறைக்கும். இருள் பொருளை அழிக்காது. அஞானமும் எதையும் அழித்துவிடாது. ஞானம் ஒளிக்கு ஒப்பிடப்படுகிறது. ஒரு பொருள் இருப்பதைக் காட்டுவது ஒளி. அதுபோலவே அறிவும் பொருளைக் காட்டுகிறது. ஒளி, பொருளை உற்பத்தி செய்யாது. அதுபோல் ஞானமும் எதையும் உருவாக்காது. இருளுக்கு ஒரே பகை ஒளி. அஞானத்திற்கு ஒரே பகை ஞானம். ஆகவே, ஞானத்தை அடையவேண்டும். எதைப்பற்றிய அஞானத்தால் பந்தம் தோன்றியதோ, அதைப்பற்றிய ஞானத்தை அடைய வேண்டும்.



ஒருபொருள் இருக்கிறது. ஆனால், அதை நாம் அறியவில்லை. அதனால் துயரம். இந்த நிலையில் அறிவை அடைதல் முக்கிய ஸாதனை ஆகிறது. நமது அடுத்த கேள்வி - அறிவை அடைய என்ன வழி?

## விசாரம்

விசாரம், அறிவை அடைய ஸாதனம். அறிவைக் கொடுக்கும் கருவியைப் பயன்படுத்தும்பொழுதுதான் எந்த அறிவுமே ஏற்படுகிறது. ஒரு பொருளைப் பற்றிய அறிவைக் கொடுக்க உதவும் கருவிக்கு ப்ரமாணம் என்று பெயர். மெய், வாய், கண், மூக்கு, செவி என்ற ஐந்தும் ஞானத்தைக் கொடுக்கும் கருவிகளாக இருக்கின்றன. ஒரு மலரின் மென்மையான தன்மையைப் பற்றிய அறிவை மெய் என்ற கருவி காட்டுகிறது. அதுபோல சுவையை நாக்கும், வர்ணத்தைக் கண்ணும், வாஸனையை மூக்கும், ஓசையை செவியும் காட்டுகின்றன. இக்கருவிகளைப் பயன்படுத்தியவுடன் அறிவு ஏற்படுகிறது.

ஆனால் காலையில் புகையை மட்டும் தூரத்தில் பார்க்கிறோம். அங்கு நெருப்பைப் பார்க்காத போதிலும் யூகித்தல் என்ற முறையில்

நெருப்பைப் பற்றிய அறிவை அறிகிறோம். அதுபோல ஒருவர் நாம் அறியாத ஒன்றைப் பற்றி விளக்கம் கொடுக்கிறார். அந்த விளக்கத்தில் இருந்தும் நாம் அறிவை அடைகிறோம். மற்றவர் சொல்லில் இருந்து அடையப்படும் அறிவை சப்த ப்ரமாணம் என்று அழைக்கிறோம். பரம்பொருளைப் பற்றிய அறிவை அடைய வேதத்தின் கடைசிப் பகுதியில் அமைந்துள்ள உபநிஷத்துக்கள் கருவியாக - அதாவது ப்ரமாணமாக - உள்ளன. இவ்வுபநிஷத்துக்களை குரு மூலமாக முறையாகக் கேட்பதே இங்கு விசாரம் என்று கூறப்படுகிறது.

ஒரு பொருளைப் பற்றிய அறிவு முழுமையானதாக இல்லை என்பது ஒரு நிலை. இந்நிலையில் ஆராய்ச்சி அதிகம் தேவைப்படாது. ஆனால், ஒன்றை முழுமையாக அறியாததோடு மட்டுமல்லாமல், தவறாகவும் புரிந்து கொண்டால், அங்கு தீரவிசாரித்தல் முற்றிலும் அவசியமாகிறது. கயிற்றைப் பார்க்கிறோம். அதைப் பாம்பாக அறிகிறோம். இங்கு, கயிற்றை முழுமையாக அறியாததுடன் மட்டுமல்லாமல், தவறாகவும் அறிந்துள்ளோம். ஆகவே, விசாரம் தேவைப்படுகிறது. நம்மைப் பற்றிய அறிவில், உண்மையில் நாம் யார் என்று சரியாக அறியாததோடு மட்டுமின்றி, நம்மைத் தவறாகவும் புரிந்துகொண்டுள்ளோம். ஆகவே, நம்முடைய உண்மையான தன்மையை அறிய விசாரம் அவசியமாகிறது. நம்மை சரியாக அறியும் அறிவும், பரமாத்மாவைப் புரிந்து கொள்ளும் அறிவும் ஒன்றுதான். ஆகவே, குருவின் துணைகொண்டு உபநிஷத்துக்கள் கூறும் கருத்தைக் கேட்டு ஆராய்ந்தால் விசாரம். இந்த விசாரமே ஞானத்திற்குக் கருவி. இனி நமது அடுத்த கேள்வி - விசாரம் நடைபெற என்ன நிபந்தனை?

## ச்ரத்தா

விசாரம் என்ற ஸாதனையில் ஈடுபட வேண்டுமானால் குருவிடத்திலும், குருபோதிக்கின்ற உபநிஷத் சாஸ்த்ரத்தினிடத்திலும் நம்பிக்கை தேவைப்படுகிறது. அறிவைக் கொடுக்கும் கருவியில் உள்ள நம்பிக்கையே ச்ரத்தா என்று அழைக்கப்படுகிறது.



குறிப்பாக இங்கு நம்பிக்கை மிகவும் அவசியம். காரணம் என்னவெனில், ஒரு மனிதன், பிறந்து, துயருற்று மடிபவனாகத் தன்னைக் கருதிவரும் பொழுது, குருவானவர், 'நீ மரணமற்றவன்; ஆனந்த சொரூபமானவன்; பரமாத்மாவாகவே இருக்கிறாய்' என்று கூறுகிறார். அப்பொழுது, சிஷ்யன் அவரது வாக்கு, தன் அனுபவத்துடன் முரண்படுவதைப் பார்க்கிறான். அந்த சமயத்தில் நம்பிக்கை இருந்தால்தான் விசாரத்தைத் தொடரமுடியும். சிஷ்யன் தன்னுடைய தவறுதலான அனுபவத்தை நீக்கி, குரு கூறுகின்ற உபதேசத்தை உணரவேண்டும். அவ்வாறு உணரும் காலம்வரை ச்ரத்தை அவசியமாகிறது. இனி நம் அடுத்த கேள்வி - குருவிடத்திலும் சாஸ்திரத்தினிடத்திலும் நம்பிக்கை வர என்ன செய்யவேண்டும்?

## சேவா

நாம் செய்கின்ற சேவை நமக்கு நம்பிக்கையைக் கொடுக்கும். சேவை என்பது குருவுக்கு செய்யும் பணிவிடைகள், மற்றும் மற்ற மனிதர்களுக்கு செய்யும் தொண்டு. நாம் மேற்கொள்ளும் சமுதாயப் பணி நமக்கு நன்மையை அதிகம் கொடுக்கிறது. நாம் செய்யும் சேவை நம் மனதில் நம்பிக்கையைக் கொடுக்கிறது. ஒரு சிஷ்யன் குருவின் அருகே செல்ல சேவைதான் வாய்ப்பு கொடுக்கிறது. சிஷ்யன் குருவின் அருகே செல்லும் பொழுது குருவைப் புரிந்து கொள்ள வாய்ப்பு கிடைக்கிறது. குருவினிடத்தில் ஞானத்தின் பலனை சிஷ்யன் பார்க்கும் பொழுது சாஸ்த்ரத்தில் ச்ரத்தை வளரும். நானும் ஞானத்தின் பலனை அடையவேண்டும் என்ற உற்சாகத்துடன் அவன் நன்கு விசாரம் செய்வான். ஆகவே நாம் மேற்கொள்ளும் சேவை நமக்கு ச்ரத்தையைக் கொடுக்கவும் வளர்க்கவும் துணைபுரிகிறது. நாம் எப்பொழுது சேவையில் ஈடுபடமுடியும்?

## பலம்

உடல் பலமும் மனோபலமும் இருந்தால்தான் நாம் சேவையில் ஈடுபடமுடியும். உடலில் வலு இல்லையெனில் மற்றவர்கள் சேவை

நமக்குத் தேவைப்படுமே தவிர, நாம் யாருக்கும் உதவ முடியாது. மனோபலம் என்பது கஷ்டத்தைத் தாங்கும் சக்தி, பொறுமை போன்ற நற்பண்புகள். உடல் பலத்தை ஆரோக்யமான உணவின் மூலமும் உடற்பயிற்சிகளின் மூலமும் வளர்க்க வேண்டும்; தர்மநெறிப்படி வாழ்க்கையை மேற்கொண்டு மனோபலத்தை வளர்க்க வேண்டும்.

இவ்விதம் ஒரு ஸாதகன் மோக்ஷத்தை அடைவதற்கு முன் படிப்படியாக ஸாதனைகளில் ஈடுபடவேண்டும். தர்ம நெறிப்படியும், உணவு போன்றவற்றில் கட்டுப்பாட்டுடனும் வாழ்வைத் துவங்கி பலத்தை அடைந்து, பலத்தால் சேவையை மேற்கொண்டு, நம்பிக்கை அடைந்து, நம்பிக்கையின் துணைகொண்டு விசாரத்தில் ஈடுபடும் பொழுது ஞானம் ஏற்படுகிறது. ஞானத்தின் பலனே அனைத்து துயரங்களிலிருந்தும் விடுதலை.

✶ ✶ ✶

## 6

***பார்ஆதி பூதம் நீ அல்லை - உன்னிப்***
***பார் இந்திரியம் கரணம் நீ அல்லை***
***ஆராய் உணர்வு நீ என்றான் - ஐயன்***
***அன்பாய் உரைத்த சொல் ஆனந்தம் தோழி***

ஞானத்தை அடைந்தால் விடுதலை என்றும் ஞானத்தை அடைவதற்கு முன் உள்ள படிகளையும் பார்த்தோம். இனி, ஒருவன் எப்படிப்பட்ட ஞானத்தை அடைய வேண்டும் எனப் பார்க்கலாம். இங்கு ஞானத்துக்குரிய பொருள் தானேதான். ஆத்மானம் - 'தன்னைப் பரமாத்மாவாக அறிவானாகில்' என்று மந்திரத்தில் கூறப்பட்டிருந்தது. இப்பொழுது, 'நான் யார்?' என்ற ஆத்ம விசாரத்தை மேற்கொள்கிறோம்.

எங்கு குழப்பம் இருக்கிறதோ, அங்கே விசாரம் அவசியம் என்று பார்த்தோம். ''நான்' என்ற சொல்லில் என்ன குழப்பம் உள்ளது விசாரம் செய்ய!' என்ற வினா வருகிறதல்லவா? ஒருவரைப் பார்த்து



'யார் நீங்கள்' என்றால் அவர் தெளிவாகத்தானே பதில் கூறுவார். தன்னைக் குமார் என்றும் ராமன் என்றும் மாற்றிமாற்றிப் பேசமாட்டார் அன்றோ! அப்படி இருக்க, நான் யார் என்ற விசாரத்தில் ஏன் ஈடுபடவேண்டும்? முதலில், 'நான்' என்ற சொல்லில் என்ன குழப்பம் இருக்கிறது என்பதைப் பார்ப்போம்.

## குழப்பம்

எந்தப் பொருளை 'என்னுடையது' என்று சுட்டிக்காட்டுகிறோமோ, அந்தப் பொருளை 'நான்' என்று கூறமாட்டோம். இது என்னுடைய வீடு, என்னுடைய வாகனம் என்றெல்லாம் கூறும்பொழுது வீட்டை 'நான்' என்ற சொல்லுக்குப் பொருளாக்க மாட்டோம். எதை நான் என்கிறோமோ, அது என்னுடையதாகவும் ஆக வாய்ப்பில்லை. இந்த நியதிப்படி யோசித்துப் பார்த்தால் நான் என்ற சொல்லில் நாம் குழம்பி இருப்பது புரியும்.

எந்தப் பொருளை ஒரு சமயத்தில் 'நான்' என்று குறிப்பிடுகிறோமோ, அதே பொருளை வேறு சமயத்தில் 'என்னுடையது' என்றும் குறிப்பிடுகிறோம். என்னுடையது நானாகாது. உதாரணமாக - டாக்டரைப் பார்க்கப் போகிறோம். உங்களைப் பார்க்க நான் அரை மணி நேரம் வெளியே அமர்ந்து கொண்டிருந்தேன் என்று டாக்டரிடம் கூறும்பொழுது, நான் என்ற சொல்லுக்குப் பொருள் உடல். உடல்தான் அமரும், நிற்கும், நடக்கும். ஆக, நான் அமர்ந்து கொண்டிருந்தேன் என்ற சொல்லில் நான் = உடல். உடல்நிலை சரியில்லாததால் டாக்டரிடம் சென்றுள்ளோம். உடல் = நான் என்றால் நாம் டாக்டரிடம் நான் சரியில்லை என்றுதானே கூறவேண்டும்? ஆனால் என்ன கூறுகிறோம்! டாக்டர், என்னுடைய உடல்நிலை சரியில்லை என்கிறோம். இங்கு உடல் என்னுடையதாகிவிட்டது. நானாக இருந்த உடல் என்னுடையதாகியுள்ளது. ஆகவே, உடல் நானா! என்னுடையதா! மாற்றி மாற்றிக் கூறுகிறோம். சில சமயம் உடலை 'நான்' என்றும், சில சமயம் உடலை 'என்னுடையது' என்றும் கூறுகிறோம். இதிலிருந்து 'நான்' என்ற சொல்லின்

பொருளில் ‘நமக்குத் தெளிவில்லை’ என்பது தெளிவாகிறது. அதுபோல் ‘நான் பார்க்கிறேன்’ என்ற இடத்தில் நான் கண்ணாகிறது. ‘என்னுடைய கண் தெரியவில்லை’ என்ற இடத்தில் கண் என்னுடையதாகிறது. உடல், புலன்கள், மனம் போன்றவற்றை நான் எனவும் என்னுடையது எனவும் மாற்றி மாற்றிப் புரிந்து கொண்டும் கூறிக்கொண்டும் வருகிறோம். இவ்விதமாக குழப்பம் இருப்பதால் ‘நான் யார்?’ என்ற விசாரம் தேவை.

## நான்

‘நான் யார்?’ என்ற விசாரத்தில் இனி ஈடுபடுவோம்.

‘நான்’ என்ற சொல்லில் இரண்டு பொருள்கள் கலந்துள்ளன. பல காய்களைக் கலந்த பதார்த்தத்தை அவியல் என்று கூறுவதுபோல இரண்டு தத்துவங்களின் கலவையையே ‘நானாக’ நாம் புரிந்துகொண்டுள்ளோம். அந்த இரண்டில் ஒன்றை ஆத்மா எனவும் மற்றொன்றை அனாத்மா என்றும் அழைக்கிறோம். ஆத்மா என்பதன் தன்மை என்ன?

ஆத்மா என்பது சைதன்ய ஸ்வரூபம் – அதாவது உணர்வு ஸ்வரூபம்.

அனாத்மா என்பது நமது உடல். ஜட ஸ்வரூபம். முதலில் அனாத்மாவின் தன்மைகளைப் பார்ப்போம்.

அனாத்மா என்பதற்கு ‘ஆத்மா அல்ல’ என்று பொருள். இந்த அனாத்மா நமது உடலாகவும் நாம் அனுபவிக்கும் உலகமாகவும் உள்ளது. ஆக, அனாத்மா = உடல் + உலகம். இங்கு உடலாக உள்ள அனாத்மாவின் தன்மையை மட்டும் ஆராய்வோம். உலகமான அனாத்மாவைப் பிறகு ஆராய்வோம். நமது உடலுக்கு சரீரம் என்று ஒரு பெயர். நமது உடல் அதாவது சரீரம் மூன்றாகப் பிரிக்கப்படுகிறது.

1. ஸ்தூல சரீரம் 2. ஸூக்ஷ்ம சரீரம் 3. காரண சரீரம்



## ஸ்தூல சரீரம்

நாம் பார்த்து அனுபவிக்கின்ற இந்த உடலே ஸ்தூல சரீரம் ஆகும். இந்த ஸ்தூல உடலினுடைய நான்கு தன்மைகளைப் பார்ப்போம்.

1. ஸ்தூல உடலானது ஸ்தூலமான ஐந்து பூதங்களின் சேர்க்கை. ஆகாசம், காற்று, நெருப்பு, நீர், மண் ஆகிய ஐந்து பூதங்களின் சேர்க்கையே நமது பருத்த இந்த ஸ்தூல சரீரம். நமது உடலில் எலும்பு, தசை போன்றவை மண்தத்துவத்தையும், ரத்தம் நீர் தத்துவத்தையும், உடலில் உள்ள உஷ்ணம் நெருப்பு தத்துவத்தையும், ப்ராணன் காற்று தத்துவத்தையும், வயிறு முதலான இடங்களில் உள்ள வெற்றிடம் ஆகாச தத்துவத்தையும் குறிக்கின்றன. இந்த உடல் பஞ்ச பூதங்களின் கலவையாக இருப்பதால்தான் உடல் மடிந்தவுடன் அந்தந்த பூதங்களுடன் கலந்துவிடுகிறது. இவ்வுலகமே பஞ்ச பூதங்களாகத் திகழ்கிறது. உடலும் அவ்விதமே பஞ்ச பூதங்களின் சேர்க்கை.

2. இந்த ஸ்தூல சரீரம் போக – ஆயதனம் என்று அழைக்கப்படும். போகம் என்றால் இன்ப துன்ப அனுபவம். ஆயதனம் என்றால் வீடு அல்லது இருப்பிடம். நமது ஸ்தூல சரீரம் இன்ப துன்பங்களை அனுபவிக்க ஓர் இருப்பிடமாக விளங்குகிறது. இன்ப துன்பங்களை அனுபவிப்பது நமது மனம். அனுபவிக்கும் மனதுக்கு இருப்பிடமாக விளங்கும் இடம் ஸ்தூல சரீரம்.

3. எல்லோருடைய உடலும் பஞ்ச பூதங்களின் சேர்க்கையாக இருந்த போதிலும், ஒவ்வொருவருக்கும் ஒவ்வொரு விதமாக உடல் அமைந்துள்ளது. மனித உடல், மிருக உடல், ஆரோக்யமான உடல், பிறவியிலேயே நோயுடன் கூடிய உடல், ஊனமுற்ற உடல் - இதுபோன்ற வேற்றுமைகளைக் காண்கிறோம். இந்த வேற்றுமைகளுக்குக் காரணம் அந்தந்த ஜீவர்கள் செய்த கர்மத்தின் பலன். எவ்விதம் நாம் நமது

உழைப்பின் பலனாக வீடு, வாகனம் போன்றவற்றை வாங்குகிறோமோ, அதுபோல நாம் செய்த செயலின் பலனாக ஸ்தூல சரீரத்தை அடைகிறோம். ஸ்தூல சரீரங்களில் காணப்படும் வேற்றுமைகளுக்குக் காரணம் அவரவரது கர்மத்தின் பலன். ஒருவர் கார் வாங்குகிறார், மற்றொருவர் சைக்கிள் வாங்குகிறார் என்றால், அது அவர்கள் ஈட்டிய பணத்தைப் பொறுத்தது. அதுபோல நமக்குக் கிடைத்த சரீரம் நாம் ஈட்டியது. நமது செயலின் விளைவு.

ஒருவர் டாக்டரிடம் சென்று, 'எனக்கு வயிறு வலிக்கிறது' என்று கூறினார். மேலும் அவர் 'இந்த வயிற்று வலி என் கர்மத்தின் பலன். அதாவது வினைப்பயன்' என்றார். டாக்டர் அவரிடம், 'நீங்கள் காலையில் என்ன சாப்பிட்டீர்கள்' என்றார். அவர் 'பத்து பூரியும் அதற்கு தகுந்த உருளைக்கிழங்கு மசாலாவும்' என்றார். 'நீங்கள் காலையில் செய்த கர்மத்தின் பலனே இந்த வயிற்று வலி' என்றார் டாக்டர். ஆக நமது உடல், உடல் நிலை நாம் சேகரித்ததுதான். கர்ம வினையைப் பற்றி சாஸ்த்ரம் பேசுவது நமக்கு நாமே முழுப்பொறுப்பு எடுத்துக்கொள்ளவே தவிர, தலையெழுத்து என்று உதறித்தள்ள அல்ல.

4. ஸ்தூல சரீரம் ஆறுவிதமான மாற்றங்களுக்கு உட்பட்டது. அதை ஷட் விகாரம் என்கிறோம்.

| | | |
|---|---|---|
| 1. அஸ்தி | : | கர்பத்தில் இருத்தல் |
| 2. ஜாயதே | : | பிறத்தல் |
| 3. வர்ததே | : | வளர்தல் |
| 4. விபரிணமதே | : | மாறுதல் |
| 5. அபக்ஷீயதே | : | தேய்தல் |
| 6. வினஷ்ச்யதி | : | மடிதல் |

இந்த ஆறுவித மாற்றத்தை அனைத்து ஸ்தூல சரீரங்களும் அடைந்தே தீரும். இவை யாவும் ஸ்தூல சரீரத்தின் தன்மைகள்.



இப்படிப்பட்ட ஸ்தூல சரீரத்தை சில சமயம் 'நான்' என்றும் சில சமயம் 'எனது' என்றும் கூறி வருகிறோம்.

## ஸூக்ஷ்ம சரீரம்

கண்ணுக்குப் புலப்படாத நமது மனமே ஸூக்ஷ்ம சரீரம் ஆகும். இந்த சரீரத்தின் நான்கு தன்மைகளைப் பார்ப்போம்.

1. ஸ்தூல சரீரம் எப்படி நாம் அறிகின்ற பஞ்ச பூதங்களின் சேர்க்கையோ, அதுபோல் ஸூக்ஷ்ம சரீரமும் ஸூக்ஷ்மமான பஞ்ச பூதங்களின் சேர்க்கையே. நாம் பார்க்கின்ற பஞ்ச பூதங்கள் ஸ்தூலமானவை. இந்த பூதங்கள் ஸூக்ஷ்ம நிலையிலிருந்தே ஸ்தூல நிலையை அடைந்தன. இவை ஸூக்ஷ்ம நிலையில் இருக்கும்பொழுது அதன் சேர்க்கையில் உருவானதே ஸூக்ஷ்ம சரீரம்.

2. ஸ்தூல சரீரத்தில் குடிகொண்டு இன்பதுன்பங்களை அனுபவிக்கும் கருவியாக விளங்குவது ஸூக்ஷ்ம சரீரம். இது போக ஸாதனம் என்று அழைக்கப்படுகிறது.

3. ஒவ்வொருவருக்கும் ஒவ்வொரு விதமான மனம் இருக்கிறது. எவ்விதம் ஸ்தூல சரீரத்தை நாம் கர்மபலனாக அடைந்தோமோ, அதுபோல் ஸூக்ஷ்ம சரீரமும், அதாவது நமக்குக் கிடைத்த மனமும், நாம் ஈட்டியதுதான்.

4. ஸூக்ஷ்ம சரீரம் பத்தொன்பது உறுப்புக்களாகப் பிரிந்து அமைந்துள்ளது. கீழ்க்கண்ட பத்தொன்பது உறுப்புக்களின் ஒட்டு மொத்தமே ஸூக்ஷ்ம சரீரம் என்று அழைக்கப்படுகிறது.

மெய் (தோல்), வாய், கண், மூக்கு, செவி என்ற ஞானத்தைக் கொடுக்கும் கருவிகளான ஐந்து ஞானேந்த்ரியங்கள். வாக்கு (பேசும் திறன்), கைகள், கால்கள், எருவாய் (மலம் கழிக்க உதவும் உறுப்பு), கருவாய் (சிறுநீர் கழிக்க உதவும் உறுப்பு) என்று செயல்பட உதவும் கருவிகளான ஐந்து கர்மேந்த்ரியங்கள். ப்ராணன் (காற்றை

வெளிவிடும் சக்தி), அபானன் (காற்றை உள்ளே எடுக்கும் சக்தி), வ்யானன் (ரத்த ஓட்டம் நடைபெற உதவும் சக்தி), ஸமானன் (ஜீரணிக்கும் சக்தி), உதானன் (மரண தருவாயில் உடலைவிட்டு ஸூக்ஷ்ம சரீரம் வெளியேற உதவும் சக்தி) போன்ற ஐந்து ப்ராண சக்திகள், ஆக பதினைந்து. மற்றும் மனம், புத்தி, சித்தம், அஹங்காரம் என்ற நான்கு. இந்தப் பத்தொன்பதும் சேர்ந்ததே ஸூக்ஷ்ம சரீரமாகும்.

மனம் என்பது, ஸந்தேகப்படுதல், அன்பு, கருணை, வெறுப்பு போன்ற எண்ணங்களின் தொகுப்பு.

புத்தி என்பது தீர்மானிக்கும் செயலில் ஈடுபடும் எண்ணத் தொகுப்பு.

சித்தம் என்பது நமது அனுபவங்களின் பதிவுகள்.

அஹங்காரம் என்பது அனாத்மாவை நான் என்று எண்ணும் எண்ணம்.

இந்த நான்கும் எண்ணங்களே. செயல்படும் விதத்தில் நான்காகப் பிரிக்கப்பட்டுள்ளன.

இவ்விதமான ஸூக்ஷ்ம சரீரத்தை சிலசமயம் 'நான்' என்றும் சிலசமயம் 'எனது' என்றும் கூறி வருகிறோம்.

## காரண சரீரம்

ஸ்தூல சரீரமும் ஸூக்ஷ்ம சரீரமும் தோன்ற எது காரணமாக இருந்ததோ, அதுவே காரண சரீரம். காரணமின்றி எதுவும் வராது. இந்த சரீரத்தை ஒரு பொருளாக அனுபவிக்க முடியாது. மரத்துக்கு விதைபோல் நமக்குக் காரண சரீரம் உள்ளது. இந்தக் காரண சரீரத்தில்தான் நமது கர்ம வினைகள் விதைபோல் இருக்கின்றன. இந்தக் காரண உடலை நாம் ஆழ்ந்த உறக்கத்தில் அடைகிறோம். ஆகவே, அறியாமையும் ஆனந்தமும் நிறைந்ததே காரண சரீரம்.

இவ்விதம் ஒரு ஜீவனின் அனாத்மா மூன்று சரீரங்களாகப் பிரிக்கப்பட்டுள்ளது.



## ஆத்மா

இனி ஆத்மாவின் தன்மையைப் பார்க்கலாம். எது அழியாததாக, அறிவு சொரூபமாக உள்ளதோ, அதுவே ஆத்மா. இந்த ஆத்மா அனாத்மாவின் தன்மையிலிருந்து முற்றிலும் வேறுபட்ட தன்மையுடையது.

| ஆத்மாவின் ஸ்வரூபம் | | | அனாத்மாவின் ஸ்வரூபம் | | |
|---|---|---|---|---|---|
| 1. த்ருக் | = | அறிபவன் | த்ருஷ்யம் | = | அறியப்படுவது |
| 2. சித் | = | அறிவுமயம் | ஜடம் | = | அறிவற்றது |
| 3. நிர்விகாரம் | = | மாறாதது | ஸவிகாரம் | = | மாறுவது |
| 4. ஏகம் | = | ஒன்று | அனேகம் | = | பலவானது |
| 5. ஸத்யம் | = | உண்மை | மித்யா | = | வெறும் தோற்றம் |

இப்படிப்பட்ட, முற்றிலும் வேறான தன்மையுடைய ஆத்மாவும் அனாத்மாவும் கலந்துவிட்டன. உண்மையில் 'நான்' என்ற சொல்லுக்குப் பொருள் ஆத்மா. ஆகவே தன்னை அறிதல் என்பது அனாத்மாவாகிய உடலை நீக்கி, தன்னை ஆத்மாவாக மட்டும் புரிந்து கொள்ளுதல். இவ்விதம் தன்னை ஆத்மாவாகப் புரிந்து கொண்டு இப்படிப்பட்ட ஆத்மாவே பரம்பொருள் என்று ப்ரஹ்மத்துடன் தன்னை ஐக்கியப்படுத்த வேண்டும்.

✶ ✶ ✶

## 7

***களையைக் களைந்து பின் பார்த்தேன் - ஐயன்***
***களை அன்றி வேறு ஒன்றும் கண்டிலன்.***

தன்னை ஆத்மாவாகப் புரிந்து கொண்டு, ஆத்மாவாக உள்ள நான் அந்தப் பரமாத்மாவாக அதாவது பரப்ரஹ்மனாக உள்ளேன் என்றும் அறிய வேண்டும். அதுவே மந்திரத்தில் அயம் அஸ்மி -

இதுவாக இருக்கிறேன், அதாவது இந்த ப்ரஹ்மனாக நான் இருக்கிறேன் இதி - என்று, ஆத்மானம் - தன்னை, விஜானீயாத் சேத் - அறிவானாகில் என்று கூறப்பட்டது. இப்பொழுது பரமாத்மா, பரம்பொருள், ப்ரஹ்மன் என்றெல்லாம் அழைக்கப்படுகின்ற தத்துவத்தின் தன்மையைப் பார்ப்போம்.

## பரம்பொருள்

நாம் இவ்வுலகை அனுபவிக்கிறோம். இவ்வுலகம் சீராக இயங்கி வருவதையும் பார்க்கிறோம். இவ்விதமான உலகம் திடீர் எனக் காரணமின்றித் தோன்றி இருக்க முடியாது. இவ்வுலகத்தை உருவாக்கியவர் இருந்தாக வேண்டும். அவரை உபநிஷத்துக்கள் கடவுள் என்று நமக்கு அறிமுகப்படுத்துகின்றன. இறைவன் - ஈச்வரன் - கடவுள் - ஸகுணப்ரஹ்மன் - என்றெல்லாம் அழைக்கப்படுகின்ற தத்துவமே இவ்வுலகத்துக்குக் காரணமாக விளங்குகிறது. காரணம் இரண்டு வகைப்படும்:

1. உபாதான காரணம் 2. நிமித்த காரணம்

பானை என்ற கார்யத்திற்கு (படைப்புக்கு) களிமண் உபாதான காரணமாகிறது. குயவன் நிமித்த காரணம் ஆகிறான். இவ்வுலகம் என்ற கார்யத்திற்கு இறைவன் எப்படிப்பட்ட காரணமாகிறார் என்ற வினாவுக்கு உபநிஷத் கூறும் பதில்:

எவ்விதம் சிலந்தி தன் வலைக்குத் தானே உபாதான காரணமாகவும் நிமித்த காரணமாகவும் விளங்குகிறதோ, அவ்விதம் இறைவனே இப்படைப்புக்கு உபாதான காரணமாகவும் நிமித்த காரணமாகவும் விளங்குகிறார். கடவுள் யார்? என்ற கேள்விக்கு பதில்:

உலகத்துக்கு இவ்விரண்டு விதமான காரணமாகவும் விளங்குபவர் யாரோ, அவரே கடவுள்.

அப்படிப்பட்ட கடவுள் இரண்டு தத்துவங்களின் சேர்க்கையாக விளங்குகிறார். 1. ப்ரஹ்மன், 2. மாயா.



ஆகவே, ப்ரஹ்மன் + மாயா = இறைவன்.

ப்ரஹ்மன் மாயாசக்தியின் துணைகொண்டு இவ்வுலகுக்குக் காரணமாகிறது.

ப்ரஹ்மனின் லக்ஷணத்தையும் மாயையின் லக்ஷணத்தையும் பார்ப்போம்.

ஸத்யம் ஞானம் அனந்தம் ப்ரஹ்ம. எது என்றும் உள்ளதோ, அறிவு ஸ்வரூபமானதோ, எல்லையற்றதோ, அதுவே ப்ரஹ்மன்.

மாயா என்பது ஜடமான, ப்ரஹ்மனை சார்ந்தே இருக்கும் நிழல் போன்ற தத்துவம்.

ப்ரஹ்மனை மாயையுடன் பார்த்தால் இறைவன். மாயையை நீக்கிப் பார்த்தால் அதுவே நிர்குண ப்ரஹ்மன். ‘நான் யார்!’ என்ற விசாரத்தில் ‘நான்’ என்ற சொல்லில் ஆத்மாவும் அனாத்மாவும் கலந்து இருந்தன. அனாத்மாவை நீக்கி ஆத்மாவை ‘நான்’ என அறியவேண்டும் என்று பார்த்தோம். அந்த அனாத்மா நீங்கிய ஆத்மாவும், இங்கு மாயை நீங்கிய ப்ரஹ்மனும் ஒன்று என்று புரிந்து கொள்வதே விடுதலை அளிக்கும் ஞானம். அனாத்மா என்று நாம் பார்த்தது மாயையின் வெளிப்பாடே. அனாத்மா என்பது உடலும் உலகமும். அனாத்மாவின் பீஜ அவஸ்தை மாயா. மாயையும் இவ்வுலகமும் ஒரே தன்மையுடையவை. ப்ரஹ்மனும் ஆத்மாவும் ஒரே ஸ்வரூபம்.

ஆத்மா, ப்ரஹ்மன் என்று இரண்டு பொருள் இல்லை. ஒரே மெய்ப்பொருளை, உடலுக்கு ஆதாரமாகப் பார்க்கும் பொழுது ஆத்மா என்றும் உலகுக்கு ஆதாரமாகப் பார்க்கும் பொழுது ப்ரஹ்மன் என்றும் அழைக்கிறோம். இவ்விதமாகத் தன்னைப் பரமாத்மாவாக அறிவதனால் அடையப்படும் விடுதலையே மந்திரத்தின் இரண்டாவது வரியில் விளக்கப்படுகிறது.

✶ ✶ ✶

# 8

***என்னையும் தன்னையும் வேறா - உள்ளத்து***
***எண்ணாத வண்ணம் இரண்டும் அற நிற்கச்***
***சொன்னது மோ ஒரு சொல்லே - அந்தச்***
***சொல்லால் விளைந்த சுகத்தை என் சொல்வேன்.***

மந்திரத்தின் முதல் வரி தன்னைப் பரமாத்மாவாக அறிவது பற்றிக் கூறுகிறது. இப்படி அறிந்தவன் அடையும் பலனை இரண்டாவது வரி விளக்குகிறது. இங்கு கூறிய ஞானத்தை உடையவருக்கு மோக்ஷம் கிடைக்கிறது. மோக்ஷம் என்றால் விடுதலை. எதிலிருந்து விடுதலை?

நம்மை பந்தப்படுத்தி வரும், நம் மனதிலேயே குடிகொண்டிருக்கும் ஆசையில் இருந்து விடுதலை. மனதை வாட்டும் கோபம், வெறுப்பு, பொறாமை, பயம், கர்வம் போன்ற அனைத்தும் ஆசையின் விதவிதமான வெளிப்பாடுகள். ஆசை என்பது மனதின் நிறைவின்மை. மனது நிறைந்திருக்கும்பொழுது நம்மை வாட்டும் உணர்வுகள் இல்லை. ஆகவே, ஞானத்தின் விளைவு துயரத்தின் முடிவு. நமது துயரம் விதவிதமாக வெளிப்படுவதால் மோக்ஷத்தை உபநிஷத்துக்கள் விதவிதமாக வெளிப்படுத்தும்.

கிம் இச்சன் - எதை விரும்புபவனாக...

ஞானி எதையும் விரும்பமாட்டான் என்ற கருத்து இந்தச் சொல்லில் கூறப்பட்டுள்ளது. ஆசை அவன் மனதிலிருந்து சென்றுவிடும். ஆசை தோன்றாமைக்குக் காரணம் அவன் மனதில் இருந்த நிறைவின்மை அகன்று விட்டது. ''உடலுடனும் மனதுடனும் எனக்கு எந்தத் தொடர்பும் இல்லை. நான் இவற்றை ஸாக்ஷியாகப் பார்ப்பவன்'' என்று தன்னை உணர்ந்தால் மனதில் ஆசை இல்லை. ஆசை இல்லாத பொழுது எந்தப் பொருளையும் சார்ந்திருக்கும் நிலை இல்லை. ஆசை நீங்குதல்தான் ஞானத்தின் பலன் என்றால் மனதில் ஓர் ஆசையும் இல்லாதவன் எவ்விதம் வாழ்வான்? உணவை



உட்கொள்ள வேண்டும் என்ற ஆசையும் சென்றுவிட்டால் உயிர் வாழ்வது எவ்விதம்? இங்கு நாம் மனதில் தோன்றுகின்ற ஆசைகளை இரண்டாகப் பிரிக்கிறோம்:

1. மன நிறைவின்மையிலிருந்து தோன்றும் ஆசை
2. மனநிறைவிலிருந்து தோன்றும் ஆசை

முதலாவது ஆசை மனதின் நிறைவின்மையிலிருந்து தோன்றுவது. இந்த விதமான ஆசையே, பூர்த்தி அடையவில்லை எனில் சோகமாகவும், ஆசைக்குத் தடையாக இருப்பவர்களிடம் கோபம், பயம், வெறுப்பு முதலியவையாகவும் உருமாறும். இதுதான் 'பந்தப்படுத்தும் ஆசை', 'மனதிலுள்ள முடிச்சு' என்றெல்லாம் கூறப்படுகிறது.

இரண்டாவது விதமான ஆசை நிறைவின் விளைவு. இந்த ஆசை பூர்த்தி ஆகாவிடில் மனதில் எவ்வித சோகமும் உருவாகாது. நிறைவேறியே ஆகவேண்டும் என்ற நிபந்தனை அற்ற ஆசை. ஒரு ராஜாவுக்கு மகிழ்ச்சியான செய்தியை சேவகன் கூறும்பொழுது அந்த ராஜா தன்னிடத்து உள்ள மாலையை அவனுக்குப் பரிசாகக் கொடுக்கிறார். இந்த ராஜாவின் செயல் பரிசு கொடுக்க வேண்டும் என்ற ஆசையில் தோன்றி இருப்பினும் அந்த ஆசை துயரப்படுத்தாது. அதுபோல் ஞானியின் மனதில் தோன்றும் ஆசைகள் மகிழ்ச்சியின் வெளிப்பாடு, பந்தப்படுத்தும் ஆசைகள்தான் அழிகின்றன. ஞானியின் மனதில் தோன்றும் ஆசைகள் விஷமற்ற பாம்பைப்போல, எரிந்த கயிற்றைப் போல, வறுத்த விதையைப் போல.

எதை விரும்புவான் என்ற உபநிஷத்தின் சொல்லில் 'ஆசையற்றவனாகிறான்' என்பது முதலாவது பொருள். இதற்கே மற்றொரு பொருளும் உண்டு. 'என்ன இருக்கிறது அவன் விருப்பப்பட?' 'ஞானிக்கு ஆசைப்பட விஷயங்கள் இல்லை' என்பது இரண்டாவது பொருள். விளையாட்டு பொம்மைகள் விற்கின்ற கடைக்கு நாம் குழந்தைப் பருவத்தில் செல்லும் பொழுது அங்கு உள்ள அனைத்துப் பொருள்களும் நம்மை ஈர்க்கும் பொருள்கள்.

அவை நமக்கு விஷயங்கள். அதாவது ஆசைக்குரிய பொருள்கள். வளர்ந்துவிட்டபின், அப்பொம்மைகள் ஆசைக்குரிய பொருள்கள் அல்ல. வளர்ச்சி, விரும்பத்தக்கதாக இருந்த பொம்மைகளை வெறும் காட்சிப் பொருளாக மாற்றிவிட்டது. வளர்ந்தவனுக்கு பொம்மைக் கடையில் ஆசைப்பட பொருள் இல்லை. அதுபோல ஞானிக்கு இந்த முழு உலகமும் பொம்மைக்கடை. ஆசைப்பட அவனுக்குப் பொருள் இல்லை. இவ்வுலகில் எப்பொருளும் அவன் மனதை ஈர்க்கும் சக்தியை உடையதாக இல்லை. ஞானிக்கு ஆசையைத் தூண்டும் பொருள்கள் இல்லை. காரணம் ஞானியின் ஞானமே. அனைத்து பொருள்களையும் நிலையற்றதாகவும் வெறும் தோற்றமாகவும் அறிந்தவன் எதை விரும்புவான்! எதை நாடி ஓடுவான்! பார்க்கப்படும் நீர் கானல் நீர் என்று கண்டுகொண்டவன் தாகத்தைத் தணித்துக் கொள்ள அதை நோக்கி ஓடமாட்டான். அதுபோல எப்பொருளும் தன்னை நிறைவுபடுத்தாது என அறிந்தவன் எதன் பின்னால் செல்வான்! கிம் இச்சன் என்ற சொல் ஞானிக்கு ஆசை இல்லை என்பதையும், ஆசைப்படும் பொருள் இல்லை என்பதையும் காட்டுகிறது.

## ஆசைப்படுபவன் எங்கே

கஸ்ய காமாய என்ற பகுதியில் ஆசைப்படுபவன் இல்லை என்ற கருத்து கூறப்படுகிறது! இவ்வுலக சுகபோகங்களை அனுபவிக்கின்றவன் போக்தா என்று அழைக்கப்படுகிறான். கர்த்தா என்றால் செயல் செய்பவன். கர்த்தாவாகவும் போக்தாவாகவும் இருப்பதே ஸம்ஸாரம். ஞானி ஸாக்ஷி ஸ்வரூபம். உடல், மனம் போன்றவை செயல்களைச் செய்கின்றன. பலனையும் அவையே அனுபவிக்கின்றன. ''நான் அஸங்கமானவன் (எதோடும் சேராதவன்)'' என்ற அறிவில் இருப்பவன் ஞானி. இப்படி இருப்பவன், முன் இருந்த போக்தாவுக்கு வேறானவன். முன் இருந்த 'நான்' வேறு, இப்பொழுது உள்ள 'நான்' வேறு. புத்தர் இளம்வயதில் மனைவியை விட்டு இரவோடு இரவாக வெளியேறிவிட்டார். பனிரெண்டு வருடங்கள் கழித்து மீண்டும் மனைவியை சந்திக்க நேரிடுகிறது. மனைவி மிகவும் கோபம் கொண்டு, ''ஏன் என்னிடம் கூறாமல்



சென்றீர்கள்? இளவரசியான எனக்குப் பெருத்த அவமானம் அது'' என்று கூறினாள். புத்தர் இறுதியில் கூறினார், ''நீ இக்கேள்வியை ஓடிப்போனவனிடம் கேட்கவேண்டும். ஓடிப்போனவன் ஓடியே போய்விட்டான். இப்பொழுது வந்திருப்பவன் வேறு.'

ஆம், ஓடிப்போன ஸம்ஸாரி வேறு, உண்மையை உணர்ந்த புத்தர் வேறு. நம் வாழ்விலும் புதிய அறிவு, அதனால் ஏற்பட்ட மனமாற்றம், உலகைப் பொருள்படுத்தும் விதத்தில் ஏற்பட்ட மாற்றம் என இவ்வித மாற்றங்களுடன் வாழும்போது நாமும் புதிதானவர்களே. பொறாமைப்படுபவன், துயரப்படுபவன், பயப்படுபவன் சென்றுவிட்டான். நிறைவானவன், மகிழ்ந்திருப்பவன், அன்பும் கருணையும் கொண்டவன் தோன்றியுள்ளான். இக்கருத்தே இங்கு கூறப்பட்டுள்ளது. யாரை த்ருப்திப்படுத்த அவன் துயருறுவான்? என்பதன் பொருள் போக்தா சென்றுவிட்டான், ஆனந்தமானவன் வந்துள்ளான்.

மந்திரத்தின் இறுதிப் பகுதி அனுஸம்ஜ்வரேத் - சரீரத்தைத் தொடர்ந்து துயருறுவான். துயரம் உடலுக்கு - எனக்கு அல்ல என்று உணர்ந்தவனை வெளி சூழ்நிலையோ உடலின் நிலையோ எவ்விதத்திலும் பாதிப்பதில்லை. ஸ்தூல சரீரத்தில் நோய் ஏற்பட்டால் எப்படித் துயரப்படாமல் இருக்க முடியும் எனக் கேட்கக்கூடும். ஆழ்ந்து உறங்கும் பொழுது உடலில் உள்ள நோயால் துயரப்படுவதில்லை. சரீரத்தில் எப்பொழுது அபிமானம் இல்லையோ, அப்பொழுது துயரமில்லை. விழிப்பு நிலையிலும் அபிமானத்தை விடும்பொழுது வலி மட்டும் தெரியலாம். ஆனால், மனத்துயரம் இல்லை. நமது நாட்டின் விடுதலைக்காகப் பாடுபட்டவர்கள் சிறைச்சாலைக்குச் சென்றார்கள். உடலளவில் கஷ்டப்பட்டார்களே தவிர, மனதளவில் நாட்டுக்காக த்யாகம் செய்த பெருமிதத்தில் மகிழ்ச்சியுடன் இருந்தார்கள். அதுபோல உடலில் உள்ள அபிமானத்தை விடும்பொழுது உடலின் நிலையைக் குறித்து ஞானி துயரப்படுவதில்லை.

இவ்வுலகம் நமக்கு விதவிதமான சூழ்நிலைகளைக் காட்டுகிறது.

அதை ஸாக்ஷியாக இருந்து கொண்டு காட்சியாகப் பார்ப்பது நாம் அடைந்த ஞானத்தின் விளைவு. நாம் நம் மனதால் கட்டுண்டு இருக்கிறோம். அதே மனதில் ஞானம் ஏற்பட்டவுடன் மனம் மாலையாக மாறி நம் வாழ்வை அலங்கரிக்கிறது. துயரத்தைக் கொடுக்கும் மனதை அழிப்பதை 'மனோநாசம்' என்று கூறுவர். மனம் முற்றிலும் அழிவதில்லை. ஆனால் மாறிவிடுகிறது. மாற்றத்தை 'நாசம்' என்று கூறினாலும் தவறு இல்லை. 'பணம் ஒரு நல்ல சேவகன், ஆனால் மோசமான தலைவன் (Money is a good servant but a bad master) என்று கூறுவார்கள். நாம் வாழ்வில் பயன்படுத்தும் பொருள்களிலிருந்தும், உடலில் இருந்தும், மக்களிடமிருந்தும் விடுதலை அடையப்போவதில்லை. விடுதலை அடைய அவசியமும் இல்லை. இவற்றின் மீதுள்ள பற்றிலிருந்தே விடுதலை. இவற்றை நம் மனம் பற்றிக் கொண்டிருந்தது. இனி இவை நம்மைப் பற்றிக் கொண்டு இருக்கட்டுமே! இவ்விதம் அனைத்து பொருள்கள் மீதுள்ள பற்றிலிருந்தே விடுதலை.

இம்மந்திரம் நம்மை நாம் எப்படிப்பட்ட தத்வமாக அறியவேண்டும் என்ற அறிவைக் கொடுத்து அந்த அறிவு எப்படி நம்மை விடுவிக்கிறது என்றும் கூறியது.

உங்கள் கூண்டுகளின் தாழ்ப்பாளைத் திறக்கும் திறவுகோல் இந்த மந்திரம்.

**திறந்த வெளி அழைக்கிறது**
**சிறகடியுங்கள்**
**வாழ்த்துக்கள்.**

